Las Siete Dimensiones del Ser

UNA GUÍA PARA EL AUTOCONOCIMIENTO

Y LA PRÁCTICA ESPIRITUAL

Diseño de Tapa: Juliana Cesano

Título en Español: Las Siete Dimensiones Del Ser

Copyright © 2014 por la Editorial Teosófica en Español. Todos los derechos reservados.
Sin autorización escrita del editor, queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio. Queda hecho el depósito que marca la ley 11723.

ISBN 978-987-27745-0-9

Por información adicional, dirigirse a:

Editorial Teosófica en Español
etespa@sociedad-teosofica.com.ar
www.sociedad-teosofica.com.ar

Impreso en Argentina

Pablo D. Sender

Las Siete Dimensiones del Ser

UNA GUÍA PARA EL AUTOCONOCIMIENTO

Y LA PRÁCTICA ESPIRITUAL

Índice General

PREFACIO 6

INTRODUCCIÓN 9

La Naturaleza Compleja del Ser Humano 10
La Constitución del Hombre en la Literatura Teosófica 16
Cuaternario Inferior 17
Tríada Superior Imperecedera 18
Referencias 19

CAPÍTULO 1 - El Cuerpo Físico (Sthula Sharīra) 20

El corazón 22
El cerebro 25
El bazo, el hígado y el estómago 30
La sangre 30
Ejercicio: Auto-observación Corporal 32
Referencias 34

CAPÍTULO 2 - El Doble Astral o Doble Etérico (Linga Sharīra) 35

Ejercicio: Meditación en el Corazón 43
Referencias 44

CAPÍTULO 3 - La Fuerza Vital (Prāna) 45

Sobre el Prānāyāma 47
Ejercicio: Prānāyāma Mental 52
Referencias 54

CAPÍTULO 4 - El Principio de Deseos o Alma Animal (Kāma) 56

La Voluntad y el Deseo 58
El Deseo Hecho Puro 62
Ejercicio: Observar la impermanencia del deseo y de su satisfacción 75
Referencias 77

CAPÍTULO 5 - El Principio Mental o Alma Humana (Manas) 78
Manas Superior 81
Manas Inferior 84
La Tendencia Dual de Manas 88
Ejercicio 1: La Mente Concreta 91
Ejercicio 2: La Mente Abstracta 93
Ejercicio 3: La Autoconciencia Pura 96
Referencias 97

CAPÍTULO 6 - El Alma Espiritual (Buddhi) 99
Ejercicios 104
Ejercicio 1: Contemplación 105
Ejercicio 2: Meditación Taijasa 106
Referencias 109

CAPÍTULO 7 - El Espíritu Universal (ātman) 111
Ejercicio: El Sentido de Ser el Espacio 117
Referencias 120

APÉNDICE - Los Seres Humanos y Nuestros Cuerpos 121
Nuestros Cuerpos y los Campos de Energía 123
El Doble Etérico 125
El Cuerpo Emocional 126
El Cuerpo Mental 128
El Cuerpo Causal 129
La Adquisición de un Nuevo Conjunto de Cuerpos 130

BIBLIOGRAFÍA 132

Prefacio

¿Cuál es nuestra verdadera naturaleza? ¿Somos solo nuestro cuerpo, emociones y pensamientos, o existen otras dimensiones del ser que trascienden nuestra conciencia cotidiana? ¿Cuáles son nuestras potencialidades como seres humanos? ¿Y cuál es nuestro destino?

El presente libro explora éstas y otras preguntas relacionadas, examinando la constitución del ser humano a la luz de las enseñanzas Teosóficas. Sin embargo, el objeto de este trabajo no es meramente explorar la metafísica profunda que presenta la Teosofía, sino también estimular el auto-conocimiento, señalando el camino hacia la realización de nuestro verdadero Ser. Es así que, además del estudio de los aspectos filosóficos del tema, a lo largo del libro se proponen ejercicios con pautas prácticas para el desarrollo, purificación y elevación de nuestra conciencia.

Las enseñanzas Teosóficas no fueron dadas como una revelación final. Éstas son parte de una tradición viva, de la que pueden participar aquellos que estén dispuestos a explorar qué es la verdad, con una mente abierta y profunda. De hecho, todo aquél que, en cierto grado, ha despertado su percepción espiritual, puede contribuir con el continuo desarrollo de la Teosofía moderna. Por tal motivo, dentro de la Sociedad Teosófica encontramos distintos enfoques, incluso sobre un mismo tema, dependiendo de qué aspectos estén siendo examinados por un autor dado. Las enseñanzas sobre la constitución del ser humano son un ejemplo de este fenómeno.

Como veremos en la *Introducción*, aunque en su origen el cosmos es una unidad perfecta y trascendente, una vez que éste se manifiesta asume una naturaleza dual. Así, el universo muestra la existencia de “polaridades” tales como luz y

oscuridad, espíritu y materia, vida y forma, conciencia y cuerpo, etc. En sus enseñanzas acerca del ser humano, H. P. Blavatsky se concentró predominantemente en describir los diferentes *estados* de conciencia posibles, es decir, los *modos* en que la vida universal se manifiesta en los distintos planos del Ser. Autores posteriores como Annie Besant y C.W. Leadbeater desarrollaron en mayor medida el estudio de los *vehículos* de conciencia, es decir, los diversos *medios* a través de los cuales la vida universal se expresa en el ser humano.

Las enseñanzas sobre el tema dadas por estos últimos autores pueden ser encontradas en libros tales como *Los Principios* y *El Hombre y Sus Cuerpos*, de A. Besant, o *El Hombre Visible e Invisible* y *El Aura Humana y los Anales Akáshicos* de C. W. Leadbeater. Blavatsky, en cambio, no escribió acerca de la constitución del ser humano en un libro en particular; tal información se encuentra diseminada en sus voluminosos escritos.

En este libro hemos reunido los aspectos que consideramos más relevantes de las enseñanzas que Blavatsky y sus Maestros dieron sobre la constitución humana, complementándolas con las de otros autores cuando fuera necesario. Sin embargo, para ofrecer una visión más completa del tema, al final de nuestro trabajo ofrecemos un apéndice con un capítulo tomado del libro *Teosofía, Curso de Estudio Introductorio*. En éste, el Dr. John Algeo describe brevemente el tema desde el punto de vista de los "cuerpos" o vehículos de conciencia, de acuerdo a los escritos de Besant y Leadbeater.

Por último, es necesario hacer una aclaración en cuanto a la terminología. A lo largo de este libro utilizaremos frecuentemente la palabra "Hombre" (escrita con mayúsculas) para denominar al ser humano en forma general, sin importar su sexo. Hacemos esto por dos razones. En primer lugar, porque éste es el significado primario del término. En el diccionario

de la Real Academia Española, la palabra *hombre* es definida como: "Ser animado racional, varón o mujer". Pero dado que el término también presenta acepciones relacionadas solo con la persona del sexo masculino, lo escribiremos con mayúsculas, en un intento por señalar el hecho de que estamos utilizándolo en su significado primario, sin referencia al sexo. La segunda razón para mantener este uso es que tal ha sido tradicionalmente la costumbre seguida por los autores Teosóficos que citamos en este libro. El motivo de esto es que el origen etimológico de la palabra inglesa *man* (hombre)* tiene importancia desde un punto de vista filosófico. Ésta se deriva de la raíz indoeuropea **man*-, cuyo significado es "el pensador" (de allí, por ejemplo, la palabra sánscrita *manas* para denominar al Principio mental). Como veremos en este libro, la facultad de pensar es el elemento determinante que diferencia al Hombre de otras formas de vida y conciencia, sean éstas superiores o inferiores a él.

Esperamos que el presente trabajo pueda contribuir a una apreciación de la profundidad y riqueza de las enseñanzas Teosóficas e inspirar la puesta en práctica de sus principios.

---

* Recordemos que la mayor parte de la literatura Teosófica de los primeros tiempos fue escrita originalmente en inglés.

Introducción

La humanidad está enfrentando una situación crítica que, en lugar de ir mejorando con el paso del tiempo, parece agravarse y tornarse cada vez más compleja. Problemas como la guerra y el terrorismo, la intolerancia, la exclusión, la explotación del más débil, la pobreza, la degradación del medioambiente, etc., son todas manifestaciones externas del estado en que vivimos. En nuestra sociedad actual, los individuos interaccionan movilizados por la ambición personal, el egoísmo y la violencia, limitando sus sentimientos de amor al pequeño círculo de personas que consideran sus familiares y amigos. Sin embargo, como no puede ser de otra manera, incluso estas relaciones se ven manchadas por los mismos sentimientos negativos con los que el Hombre se relaciona con el mundo exterior, y así, la mayoría de nosotros simplemente se habitúa a un tipo de relación donde el conflicto y el sufrimiento son predominantes.

La persona reflexiva, sin embargo, al observar estas condiciones, naturalmente se pregunta: ¿Es nuestra situación actual inevitable? ¿Somos, después de todo, no mucho más que animales luchando por la supervivencia propia; o existe en nosotros algo incorruptible, algo que puede aflorar y transformarnos en seres sabios, equilibrados, libres de temor y compulsiones? Y si ese "algo" existe ¿qué puede hacerse para que despierte y arroje luz en nuestra oscuridad actual? Estas preguntas son de fundamental importancia, dado que si no existe la posibilidad de que el ser humano produzca una revolución en su conciencia, entonces la humanidad en su conjunto parece condenada a la autodestrucción. Pero es obvio que para responder a estas preguntas debemos investigar primero qué es el Hombre y cuáles son sus potencialidades.

La Naturaleza Compleja del Ser Humano.

En el cristianismo primitivo se decía que el Hombre tiene tres dimensiones del ser: cuerpo, alma y espíritu.* Por cuerpo se entendía todo lo relacionado con su naturaleza física, como también las necesidades biológicas e instintivas asociadas al cuerpo. Con alma se representaba la psiquis del Hombre, el elemento responsable de su conducta, cuyas actividades son el deseo, la voluntad, la memoria, el pensamiento, etc. Finalmente, con espíritu, se hacía alusión a aquella parte que puede entrar en comunión con Dios, y en donde se originan las aspiraciones espirituales.

Platón fue más allá en su clasificación y decía que existen tres almas en el Hombre: *anoia* (el alma irracional, de deseos), *psyche* (el alma racional), y *nous* (el alma espiritual o sustancia Divina). Él separaba de este modo los distintos estados en los que puede funcionar nuestra conciencia: esclava de los deseos, con cierta libertad para reflexionar, o iluminada por lo espiritual.

La literatura Teosófica moderna ofrece una clasificación aún más detallada de las potencias que actúan en nosotros. Ésta postula que todo ser humano es una entidad septenaria, es decir, que está "compuesto" por *siete Principios*. En Teosofía, la palabra *Principio* es usada con un significado particular. Según el *Glosario Teosófico*:

> *[Los Principios] son los elementos o esencias originales, las diferenciaciones fundamentales, sobre y de las que se han formado todas las cosas. Empleamos dicho término para designar los siete aspectos individuales y fundamentales de la Realidad única universal en el Kosmos y en el Hombre.* (1)

Aunque ya desarrollaremos el tema en detalle, enumeraremos aquí brevemente estos siete Principios. Ellos son: el físico,

---

* Por una referencia bíblica ver, por ejemplo, 1 Tesalonicenses 5:23.

el etérico, el vital, el emocional, el mental, el intuitivo y el espiritual. Como lo expresa la definición dada, estos Principios son los constituyentes fundamentales, no solo del Hombre, sino también del cosmos en su totalidad. Esto quiere decir que, por ejemplo, lo que conocemos como "mente" en el Hombre, existe también a un nivel universal, expresándose de diversas maneras.* Lo mismo puede ser dicho de los demás Principios.

La filosofía esotérica presentada por la Teosofía moderna postula que el ser humano es una entidad peculiar, porque es el único ser en que se hallan reflejados cada elemento, fuerza y principio existentes en el cosmos. Las formas de vida inferiores al Hombre, como por ejemplo los animales, poseen un cuerpo, emociones, e incluso una mente instintiva, pero no poseen una mente racional o una naturaleza espiritual individual. Por otro lado, las entidades superiores al Hombre (llamadas ángeles, *elohims*, etc., en las religiones occidentales) tienen una dimensión espiritual, pero no cuentan con una naturaleza física y personal. Solo en el ser humano se hallan representados los siete Principios del cosmos, y, por lo tanto, se lo considera como un universo en miniatura: un microcosmos del macrocosmos.

Dado que estos siete Principios son la base fundamental de todo en el universo, puede encontrarse una correlación septenaria entre sus distintos componentes:

> *Cada Principio humano tiene correlación con un plano, un planeta y una raza, y los Principios humanos están, en cada plano, en correlación con las séptuples fuerzas ocultas, algunas de las cuales (las de los planos superiores) tienen un poder tremendo.* (2)

La razón de esta correspondencia es que estos siete Principios no son realidades independientes, sino más bien *aspectos* de la

---

* Este tema será examinado en el capítulo 5.

realidad última universal. Para comprender mejor este concepto, examinemos brevemente el proceso de formación del cosmos como lo explican las enseñanzas Teosóficas.

Previo a la manifestación del universo reina un estado de unidad perfecta. El cosmos, con toda su diversidad y organización, existe solo como una posibilidad. El Todo es Uno; homogéneo e indiferenciado. Pero entonces, "cuando suena la hora", comienza un proceso de polarización en la unidad. Este proceso de polarización dará origen a las diversas dualidades que son la base de nuestro cosmos manifestado: espíritu–materia, subjetivo–objetivo, vida–forma, positivo–negativo, activo–pasivo, masculino–femenino, etc. Esta naturaleza dual penetra cada átomo del universo, aunque tales opuestos no son sino las dos caras de una misma moneda.

Luego de que el cosmos sale de su estado de unidad homogénea y aparece la dualidad, inmediatamente se origina un tercer elemento, el cual representa la relación, o el equilibrio, entre ambos polos: si, por ejemplo, en el aspecto subjetivo tenemos una *conciencia*, y en el objetivo tenemos un *objeto*, el tercer elemento lo constituiría la *percepción* de tal objeto, es decir, aquello que pone en contacto la conciencia con el objeto. Tenemos así una serie de triplicidades que se manifiestan en distintos niveles: espíritu–conciencia–materia, espíritu–alma–cuerpo, conciencia–fuerza–materia, conocedor–conocimiento–conocido, creación–preservación–destrucción, entre otras. Esta triplicidad básica está representada por las trinidades de las diversas religiones.

En la próxima etapa del proceso de manifestación, los tres elementos primarios se combinan entre sí dando origen a los siete Principios.* Son estos Principios los que originan los *siete planos* del universo. En ellos se encuentran siete clases de

---

* Este fenómeno se ve reflejado, por ejemplo, en la producción de siete colores a partir de los tres colores primarios.

materia, se expresan siete tipos de fuerzas, y se manifiestan siete estados de conciencia. HPB* definió el concepto de "plano" de la siguiente manera:

> *Una extensión de espacio o de algo en éste, sea físico o metafísico, por ejemplo, un "plano de conciencia". Como se usa en Ocultismo, el término denota el rango o extensión de algún estado de conciencia, o de poder de percepción de un grupo de sentidos particular, o de acción de una fuerza, o el estado de materia correspondiente a cualquiera de lo descrito.* (3)

La mayoría de las personas es consciente solo del plano físico del universo, el cual es el más denso. Todos estamos familiarizados con el cuerpo que se forma a partir de la materia de este plano, con sus cinco sentidos, y con las fuerzas físicas tal como las describe la Ciencia. Pero existen otros planos, y en cada uno de ellos hay un "cuerpo" con sentidos de percepción apropiados, a través de los cuales se expresa un tipo de conciencia particular. Así pues, las emociones y los pensamientos no son meramente fenómenos subjetivos, inmateriales. Cada pensamiento mueve una clase de materia no-física (y por lo tanto desconocida para la Ciencia) que es muy sutil, y que está más emparentada con lo que nosotros concebimos como "energía". Sin embargo, la "materia mental" es una clase de substancia, y puede ser observada por quienes han desarrollado los sentidos que pertenecen a ese plano de percepción, es decir, por personas clarividentes.†

---

* Helena Petrovna Blavatsky, co-fundadora de la Sociedad Teosófica.

† HPB acostumbraba a definir los planos de acuerdo a los estados de conciencia posibles en ellos. Más tarde, Annie Besant y C.W. Leadbeater clasificaron los planos desde el punto de vista del tipo de materia que los conforman, además de describir más detalladamente la existencia de diversos "cuerpos sutiles" a través de los cuales se expresan los distintos tipos de conciencia. Esto dio lugar a ciertas variaciones entre

Toda esta enseñanza nos muestra que el Hombre es parte integral del universo. Si analizamos su cuerpo físico, por ejemplo, vemos que la materia que lo constituye es tomada del planeta en el que vive. No hay ninguna separación verdadera entre los constituyentes de ambos, y algunos de los átomos que hoy conforman su corazón pueden haber sido parte de una roca, una bacteria, o un elefante. Del mismo modo, átomos que hoy conforman su cerebro podrán en el futuro cercano ser parte de la hoja de una planta, o del granizo de una lluvia de verano. Esta integración no se limita solo al aspecto físico del Hombre. La filosofía esotérica postula que la misma existe en relación con todos los Principios que lo constituyen. Incluso la mente de los seres humanos, que en general consideramos como separada y particular, no es sino un rayo de la mente universal que guía los procesos exquisitamente ordenados y coordinados del universo.

Por otro lado, debido a la correlación que hay entre el macrocosmos y el microcosmos, uno puede entender el fundamento de los así llamados "milagros" que pueden realizar ciertos yoguis, santos y místicos de diversas religiones: puesto que las fuerzas que operan en el universo están también dentro del Hombre, éste puede aprender a despertarlas y hacer uso de ellas.

Pero sigamos adelante ahora examinando brevemente el desenvolvimiento de la conciencia. Como vimos, espíritu y materia son dos aspectos de la realidad última. A medida que se manifiestan los distintos planos del cosmos, el espíritu se ve sumergido en materia más y más densa, y, como resultado

---

sus enseñanzas y las de HPB, aunque los hechos descritos en ambas son esencialmente los mismos. Como hemos señalado en el Prefacio, en este trabajo nos enfocaremos en las enseñanzas sobre los Principios de acuerdo a los escritos de HPB, pero ofrecemos en el Apéndice un resumen de la descripción sobre los cuerpos y los planos desarrollada por Besant y Leadbeater.

de este contacto, aparece un tercer elemento: la conciencia. Grafiquemos la relación entre estos tres elementos por medio de una analogía. El fenómeno de la luz es visible al ser humano solo cuando ésta se refleja sobre algún objeto. Si alumbramos con una linterna hacia una pared, podemos apreciar la luz que se refleja en la misma, pero no podemos ver la que está en el espacio que separa la linterna de la pared.* Sin materia sobre la cual reflejarse, la luz, aunque presente, permanece "inmanifestada". En esta analogía la fuente de luz representa el espíritu que, al reflejarse en la materia (pared), se manifiesta como conciencia (luz visible). De esta manera, siempre que hablamos de estados de conciencia está implícita la idea de que existe algún tipo de materia sirviendo como base para su manifestación; y, dado que el espíritu interpenetra todo, siempre que hay materia encontramos allí también algún tipo de conciencia manifestándose. De aquí se deriva otro importante concepto Teosófico: nada está muerto, todo tiene algún tipo de vida y conciencia propia, aunque dichas manifestaciones pueden ser desconocidas para nosotros, o no necesariamente corresponderse con nuestras definiciones actuales de vida y de conciencia.

A medida que el espíritu se expresa a través de las formas de los diversos planos, surgen distintos tipos de conciencia; tipos que dependerán de la clase de materia sobre la cual se refleja el espíritu. Siguiendo con el ejemplo de la luz, si un rayo de luz blanca pasa a través de un vidrio azul, aquél se tornará azul. El rayo, que era originalmente blanco –es decir, que contenía potencialmente todos los colores– ahora se ve limitado, y manifiesta un color en particular, color que dependerá de la estructura molecular del vidrio. Lo mismo sucede con el espíritu: si se manifiesta a través de la materia mental, aparecerá como conciencia mental, pensamiento, etc.; si se manifiesta a

---

* Estamos suponiendo que el aire está limpio, libre de polvo en suspensión, porque en caso contrario la luz se reflejaría sobre esas partículas.

través de materia emocional, aparecerán deseos y sentimientos, es decir, una conciencia emocional; y así sucesivamente. Dado que en el ser humano están presentes los siete Principios del universo, pueden manifestarse todos los tipos de conciencia que existen en el cosmos.*

La Constitución del Hombre en la Literatura Teosófica

Una de las primeras descripciones sistemáticas publicada en los inicios de la Sociedad Teosófica (en adelante llamada ST) fue dada por un Teósofo inglés, el Sr. A. P. Sinnett, en su libro *El Buddhismo Esotérico*. Este libro está basado en una correspondencia que el autor estableció con ciertos sabios orientales, quienes eran los instructores de HPB.† En su libro, el Sr. Sinnett expuso la clasificación de los siete Principios del Hombre del siguiente modo (entre paréntesis figura el nombre de cada Principio en sánscrito):

1- Cuerpo (*rūpa*)
2- Vitalidad (*prāna* o *jīva*)
3- Cuerpo Astral (*linga sharīra*)
4- Alma Animal (*kāma rūpa*)
5- Alma Humana (*manas*)
6- Alma Espiritual (*buddhi*)
7- Espíritu (*ātman*)

---

* Debemos recordar, sin embargo, que el Hombre es un microcosmos. Por lo tanto, todas las fuerzas y estados de conciencia presentes en el universo se manifiestan en él, pero en una escala reducida, por así decirlo.

† Nos estamos refiriendo a los *Mahātmas*, Adeptos o Maestros. Éstos son seres humanos iluminados que, habiendo logrado el dominio de sus Principios inferiores y la realización de los superiores, se hallan en posesión de un gran poder y sabiduría. La ST fue fundada por inspiración de dos de estos Adeptos, uno de los cuales era el Maestro de HPB.

En la literatura Teosófica encontraremos frecuentemente referencias a estos Principios por medio de sus números. Por ejemplo, la frase "el quinto Principio" suele utilizarse para referirse a *manas*, "el sexto Principio" a *buddhi*, etc. La numeración de estos Principios, sin embargo, es usada solo con fines pedagógicos. HPB explica en su libro *La Clave de la Teosofía*:

> *Aunque los Principios estén numerados en el* Buddhismo Esotérico*, esto, estrictamente hablando, es inútil. Solo la Mónada dual (*ātma-buddhi*)* es susceptible de ser considerada como los dos números superiores (el sexto y el séptimo). En cuanto a todos los demás, como solo aquel "Principio" que predomina en cada Hombre ha de considerarse como el primero y el principal, ninguna numeración es posible, por regla general. En algunos Hombres es la inteligencia superior (*manas *o el 5º) la que domina al resto; en otros, es el alma animal (*kāma-rūpa*) quien reina en absoluto, manifestando los instintos más bestiales, etc.* (4)

A continuación, HPB agrupa los Principios en dos grandes divisiones. Por un lado, los primeros cuatro Principios (denominados el *cuaternario inferior*) que constituyen lo que en Teosofía se conoce como la *personalidad*. Éste es el aspecto mortal del Hombre. Luego la *tríada superior*, frecuentemente llamada *individualidad*, y que representa lo divino e inmortal en el ser humano:

---

* Los dos Principios superiores son frecuentemente llamados la "Mónada". Esta palabra deriva del griego *monas*, que significa "uno". Como veremos en el capítulo 6, en el universo manifestado *ātma* es inseparable de *buddhi*. La Mónada es la chispa divina que se sumerge en el universo condicionado para evolucionar y desarrollar todas las potencialidades divinas contenidas en ésta.

Cuaternario Inferior

a) Rūpa *o* sthula-sharīra*. El Cuerpo Físico: el vehículo de todos los demás Principios durante la vida.*

b) Prāna*. Vida o Principio Vital: necesario solo para a, c y d, y las funciones del* manas *inferior que abarcan todas aquellas limitadas al cerebro físico.*

c) Linga sharīra*. Cuerpo astral: el doble, el cuerpo fantasma.*

d) Kāma-rūpa *(centro de los deseos animales y pasiones): éste es el centro del Hombre animal, donde se halla la línea de demarcación que separa al Hombre mortal de la entidad inmortal.*

Tríada Superior Imperecedera

e) Manas *(Principio dual en sus funciones). Mente, inteligencia; es la mente humana superior, cuya luz o radiación une la Mónada al Hombre mortal, durante el tiempo de vida. El estado futuro y el destino Kármico del Hombre dependen si* manas *gravita más hacia abajo (a* kāma-rūpa*, centro de las pasiones animales), o hacia arriba, a* buddhi*, el Ego espiritual.* En el último caso, la conciencia superior de las aspiraciones espirituales individuales de la mente (*manas*), asimilando* buddhi*, son absorbidas por éste y forman el Ego que pasa al estado de felicidad devachánica.†*

---

* En la psicología moderna, la palabra *ego* se usa para referirse a un aspecto de la personalidad, aquello que en la literatura Teosófica se llama el "ego inferior". Pero HPB utilizó este término en un sentido filosófico, varias décadas antes del desarrollo de la psicología moderna con Freud y otros. La palabra *ego*, que en su original griego significa "yo" es usada en Teosofía para denominar todo *centro de autoconciencia*, sea personal o espiritual, y no está necesariamente conectada con la idea psicológica de egoísmo (ver capítulo 5).

† *Devachán* es un estado de felicidad que puede experimentar la

f) Buddhi. *El Alma Espiritual: el vehículo del Espíritu puro universal.*

g) Ātma. *El Espíritu: la unidad con lo Absoluto, como radiación suya.* (5)

Debemos tener en cuenta que, a pesar de que el Hombre está constituido por diversos Principios, éste es una unidad, y no un conjunto de piezas agrupadas. Como escribió HPB:

> *Dividimos al Hombre en siete Principios, pero esto no significa que él tiene, como si fuera, siete pieles, o entidades, o almas. Éstos son todos aspectos de un Principio, e incluso éste es solo el rayo temporal y periódico de la Llama o Fuego Único, infinito y eterno.* (6)

Hemos expuesto así, de un modo general, la clasificación septenaria que se dio a través de las primeras publicaciones de la literatura Teosófica. Teniendo ya en mente el esquema general completo, procederemos a examinar más detalladamente el significado y función de cada uno de los Principios. Dado que utilizaremos citas que contienen referencias a sus nombres en sánscrito, es conveniente que el estudiante se familiarice con dichos términos.

Referencias

1- HPB *et al.*, Glosario Teosófico (GT), "Principios", p. 599.
2- HPB, Doctrina Secreta, Tomo I, p. 59.
3- GT, "Plano", pp. 568-9.
4- HPB, La Clave de la Teosofía (CT), Sección VI, "La Naturaleza Septenaria del Hombre", nota al pie, pp. 89-90.
5- CT, Sección VI, "La Naturaleza Septenaria del Hombre", p. 89.
6 - HPB, Diálogos, p. 66.

---

conciencia luego de terminar su encarnación física. En ciertos aspectos es similar al concepto de "cielo" o "paraíso" en varias religiones.

Capítulo 1

El Cuerpo Físico (Sthula Sharīra)

El Principio más denso del cosmos es el físico, el cual es la base del tipo de materia que somos capaces de percibir a través de nuestros cinco sentidos. En el Hombre, este Principio conforma lo que comúnmente llamamos nuestro "cuerpo", aunque en la literatura Teosófica se lo refiere más específicamente como el *cuerpo físico*, implicando que éste no es el único tipo de cuerpo que poseemos.

La Ciencia moderna ha avanzado considerablemente en el conocimiento de la naturaleza física del Hombre. Sin embargo, aún no se acerca a la concepción esotérica. Una de las diferencias principales yace en el hecho de que la Ciencia materialista considera al cuerpo como la *causa* de las emociones y pensamientos. En la visión Teosófica, nuestra actividad psicológica no tiene su origen en las reacciones físico-químicas del organismo, sino en los Principios internos que actúan a través del cuerpo. Así, las actividades cerebral y hormonal detectadas en los estudios científicos, son el *efecto* del funcionamiento de la conciencia en su interacción con el mundo externo. Esta confusión de la Ciencia entre causa y efecto es producto de su carencia de conocimiento acerca de las dimensiones no-físicas del ser humano.

Es claro que, para que una actividad de la conciencia (como por ejemplo, el pensamiento) se manifieste objetivamente, es *necesario* que haya algo en el cuerpo que sirva de vehículo de expresión (en este caso, el cerebro). Si el vehículo está dañado, esa fuerza interna que llamamos conciencia mental no podrá manifestarse como pensamiento. Sin embargo, esto no

es razón para concluir que la actividad cerebral es *suficiente* para explicar el pensamiento. Tal argumento equivaldría a decir que las imágenes de un televisor son producidas por el aparato mismo, porque al desconectar algunos de sus circuitos la imagen desaparece. Todos sabemos que las ondas electromagnéticas enviadas por la emisora siguen estando presentes, aunque no podamos detectarlas porque aquello que las tenía que manifestar está descompuesto. Pero si se arregla el televisor, las imágenes provenientes de la emisora reaparecerán. Del mismo modo, para que se exprese una actividad determinada de la conciencia, es necesario un vehículo material, pero esto no significa que el mismo sea la causa de tal actividad.

El cuerpo físico es solo un receptáculo de los Principios internos. Se dice incluso que no es más que una "sombra" del doble astral (el *linga sharīra*) y que la materia física simplemente se "adhiere" sobre éste, es decir, que el *linga sharīra* actúa como molde sobre el cual se forma el cuerpo físico:

> *La materia grosera del cuerpo (es) la substancia que se forma y moldea sobre el* linga sharīra *por la acción de* prāna. (1)

> *[El cuerpo físico] puede ser considerado meramente como un aspecto denso del* linga sharīra*, ya que el cuerpo y el* linga sharīra *están ambos en el mismo plano.* (2)

En esta sección nos detendremos a señalar algunas correlaciones que tienen los órganos físicos con los Principios internos, lo cual nos dará una visión de la importancia del equilibrado cuidado del cuerpo como vehículo imprescindible para que la conciencia se exprese en este plano.*

---

* Las citas que reproducimos a continuación contienen conceptos que pueden estar más allá de quien se pone en contacto con estas enseñanzas por primera vez. Aunque en el texto comentaremos sus aspectos más relevantes, reproducimos las citas completas para que puedan ser aprovechadas por el estudiante más avanzado.

El corazón

El corazón representa la tríada superior. El hígado y el bazo representan el cuaternario. El plexo solar es el centro cerebral del estómago. (3)

Los ocultistas conocen las más recónditas partes del corazón, y les han dado las correspondientes denominaciones: vestíbulo de Brahmā, vestíbulo de Vishnu, etc., que están relacionados con análogas partes del cerebro. (4)

La conciencia puramente animal está constituida por la conciencia de todas las células del cuerpo, menos las del corazón. Este órgano es el más importante y el rey de los órganos del cuerpo.… Hay en el corazón un punto, centro de la vida, que es último en cesar de latir. Este punto central se denomina Vestíbulo de Brahmā, y es el primer centro vital que funciona en el feto, y el último que muere en el organismo.* (5)

Deberíamos esforzarnos continuamente en centrar la Conciencia en el Corazón y escuchar los dictados de la Conciencia Espiritual. (6)

En Teosofía se postula, desde hace más de un siglo, que nuestro universo tiene una naturaleza holográfica, donde la parte está conectada con el todo, y el todo está representado en la parte. Así pues, existe una correlación entre el órgano y el aspecto de conciencia que éste representa. Como podemos ver en las citas anteriores, el corazón se corresponde con la conciencia espiritual. La mayoría de las tradiciones religiosas desarrollaron una meditación relacionada con el corazón, puesto que a través

---

* Esta masa de tejido cardíaco especializado recibe el nombre de nódulo sinoauricular, y es comúnmente denominada "el marcapasos natural del corazón".

de ésta uno puede conectarse con los aspectos más profundos del ser.*

Ahora bien, cuando HPB recomienda "escuchar al corazón", no se está refiriendo a seguir el dictado de los propios deseos, como es la interpretación vulgar. Está señalando la necesidad de escuchar la conciencia espiritual. Claro que para ser capaces de percibir esta "voz", se requiere una vida de sincero trabajo espiritual y creciente pureza:

> *El corazón es el centro de la Conciencia Espiritual como el cerebro lo es de la Intelectual. Pero esta Conciencia Espiritual no puede ser guiada por un individuo, ni su energía puede ser dirigida por él, hasta que esté completamente unido con* buddhi-manas*. Hasta entonces, ésta lo guía a él, si puede hacerlo. Es decir, ella hace esfuerzos para alcanzarlo y para impresionar su Conciencia inferior, y aquellos esfuerzos son ayudados por el crecimiento en pureza del individuo.* (7)

Como veremos en detalle en un próximo capítulo, *buddhi-manas* es la conciencia espiritual. Es la unión de la mente (*manas*) con la sabiduría (*buddhi*). Una vez que el aspirante ha realizado su naturaleza espiritual, tiene acceso a este aspecto de su Ser de manera consciente y voluntaria. Pero en la mayoría de las personas éste no es el caso, y por lo tanto dicha conciencia trata de guiarlo, cuando le es posible.

Todas las tradiciones espirituales serias hacen énfasis en la necesidad de una vida de progresiva pureza y de sincero trabajo sobre uno mismo para ponerse en contacto con lo Sagrado. Esto no es solo un consejo de orden moral, sino que está basado en un profundo conocimiento oculto de la naturaleza

---

* Es necesario notar, sin embargo, que en la tradición Teosófica tal meditación no se realiza en conexión con el órgano físico sino con cierto centro sutil que está en relación con éste.

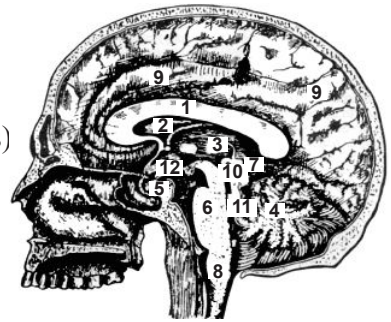
del Hombre. La purificación de la personalidad (es decir, de nuestro cuerpo, emociones y pensamientos) es necesaria para hacerse más receptivo a los dictados de la naturaleza espiritual. Desafortunadamente, en nuestra época de superficialidad y resultados rápidos, algunos movimientos y gurúes pseudo-espirituales promueven la idea de que uno puede conectarse con aquello que es trascendente por medio de técnicas simplistas, o del uso de drogas, o del estímulo de las potencias inferiores en el Hombre. La promesa de poder alcanzar algo trascendente sin necesidad de tener que hacer ajustes en uno mismo, o de dejar de lado ciertos hábitos incompatibles con la meta buscada, es muy tentadora para personas sin la experiencia suficiente en este campo. Es así que tales escuelas o gurúes atraen una buena cantidad de personas, a las que con frecuencia explotan psicológica y/o económicamente con promesas que no pueden ser cumplidas. Además de los potenciales peligros físicos y psicológicos que entraña el uso de prácticas indebidas, cuando las promesas de iluminación espiritual no son cumplidas, las personas terminan con un sentimiento de frustración o incapacidad, o de descreimiento en lo relacionado con la espiritualidad.

El verdadero desarrollo interno es la tarea más ardua –y significativa– que puede emprender una persona. Es el proceso de dejar de ser un pequeño *yo* aislado, para identificarse con la Divinidad Una que todo lo anima. Esto implica la liberación de todo condicionamiento e ilusión y la consecuente realización de las verdades más profundas del universo. Evidentemente, tamaña empresa no puede ser obtenida a través de atajos o de la repetición mecánica de simples técnicas. Ésta implica un esfuerzo por aprender y madurar, por encontrar ese verdadero estado de sabiduría y amor que se va manifestando gradualmente con cada paso correcto que se da.

Sigamos ahora examinando otros órganos de nuestro cuerpo y su relación con los Principios de conciencia.

El Cerebro

1. Cuerpo Calloso
2. Quinto Ventrículo
3. Tercer Ventrículo
4. Cerebelo
5. Cuerpo Pituitario (hipófisis)
6. Pons Varolii
7. Glándula Pineal
8. Médula Oblonga
9. Cerebro
10. Cuerpo Cuadrigémino superior
11. Cuerpo Cuadrigémino inferior
12. Infundíbulo.



*El Hombre psíquico-intelectual reside por completo en la cabeza, con sus siete portales.** *El Hombre espiritual está en el corazón.* (8)

El cerebro, tomado como un órgano de Conciencia, sirve como vehículo del manas *inferior en el plano objetivo, el cual actúa sobre las moléculas materiales.* (9)

Los Cuerpos Cuadrigéminos se corresponden con kāma-manas*, poniendo así a* kāma *dentro de la división manásica del cerebro humano.* Kāma*, en sí mismo, tiene su correspondencia en el Cerebelo.… La correspondencia de* kāma *en la parte inferior del cuerpo es el hígado, junto al estómago.* (10)

Hay siete cavidades en el Cerebro que durante la vida están vacías, en el sentido ordinario de la palabra. En realidad,

---

* Los ojos, los oídos, las fosas nasales y la boca.

están llenas de Akasha*, *teniendo cada cavidad su propio color, de acuerdo al estado de Conciencia en el que usted esté (los colores son solo visibles, por supuesto, a la visión purificada)…. Esas son las partes del Cerebro que reciben impresiones del Corazón, y posibilitan que la memoria del Corazón sea impresa en la memoria del Cerebro.*

La cuarta de esas cavidades es el Cuerpo Pituitario,† el cual se corresponde con manas-antahkarana*, el puente hacia la Inteligencia Superior.‡ Ésta contiene varias esencias. La quinta cavidad es el Tercer Ventrículo, vacío durante la vida excepto de una pulsante luz, aunque se llena de líquido luego de la muerte. La sexta cavidad es la Glándula Pineal, también hueca y vacía durante la vida; los gránulos son precipitados luego de la muerte. La Glándula Pineal se corresponde con* manas *hasta que, impresionada por la vibrante luz de* Kundalinī*, procedente de* buddhi*, se corresponde a* buddhi-manas. (11)

La Glándula Pineal es el foco de los sentidos espirituales (no de los orgánicos)…. El Cuerpo Pituitario es solo el sirviente de la Glándula Pineal. (12)

La Glándula Pineal corresponde al Pensamiento Divino. El Cuerpo Pituitario es el órgano del plano psíquico. La visión psíquica se origina del movimiento molecular del cuerpo pituitario. (13)

El cerebro es el órgano propio de la percepción física, y la percepción está localizada en el aura de la Glándula Pineal.

---

* El *akasha* es definido como: "La sutil, supersensible, esencia espiritual que llena y penetra todo el espacio. La sustancia primordial…" (HPB, *Glosario Teosófico*, p. 26)

† En la actualidad, generalmente llamado *hipófisis*.

‡ Como veremos más adelante, el *antahkarana* es el puente de comunicación entre el aspecto espiritual y el personal en el Hombre.

Esta aura vibra en respuesta a todas las impresiones.… Durante el proceso del pensamiento que se manifiesta en la conciencia, la luz de esta aura vibra constantemente.… Esta aura determina el desgaste y destrucción del órgano por las vibraciones que establece.… Tanto la felicidad como la desgracia establecen violentas vibraciones que desgastan el cuerpo. Así es como las vibraciones muy potentes de alegría o de tristeza pueden ocasionar la muerte. (14)

La embriaguez y la fiebre causan un movimiento desordenado en el Cuerpo Pituitario y así producen ilusiones de visiones y alucinaciones. Este cuerpo es a veces tan afectado por la embriaguez que es paralizado, y la estricta prohibición de bebidas alcohólicas para todos los estudiantes de ocultismo se debe a este efecto que produce el alcohol sobre el Cuerpo Pituitario y la Glándula Pineal. (15)

Tenemos aquí algunas cosas importantes para considerar. La Ciencia Oculta enseña que las intuiciones psico-espirituales se trasmiten a la personalidad a través de estas dos glándulas: la pituitaria (hipófisis) y la pineal. Por lo tanto, es muy importante para el aspirante mantener su cerebro en buen estado, de modo que esté en condiciones de recibir las percepciones espirituales. No tiene sentido que uno esté intentando un desarrollo interno y simultáneamente lleve una vida desordenada o impura en lo físico.

Es interesante notar que, de acuerdo con Blavatsky, las emociones fuertes y el consumo de alcohol van desgastando estas glándulas. Pero además del alcohol, existe otro tipo de substancias que afectan de un modo más marcado el desarrollo interno:

[El uso de vino y alcoholes] son peores para el desarrollo moral y espiritual que la carne, porque el alcohol, en todas sus formas, tiene una influencia directa, marcada y muy

deletérea, en la condición psíquica del Hombre. El uso del vino y los licores solo es inferior, como destructor del desarrollo de los poderes internos, al uso habitual del hachís, del opio y otras drogas semejantes.* (16)

El consumo de carne no es recomendado para aquellos que están en este sendero, porque hace que sus vehículos sutiles se tornen más toscos. Aunque esta dieta no parece afectar directamente las glándulas pineal y pituitaria, fortalece nuestra naturaleza animal (kámica) contra la cual estamos luchando. Pero como podemos apreciar en la cita anterior, la filosofía esotérica advierte fuertemente en contra del consumo de drogas, pues su uso aleja progresivamente la posibilidad de contactar nuestra naturaleza espiritual. Así, aunque las drogas y el alcohol pueden producir estados alterados de conciencia que en algunos casos son similares a los que acompañan algunas experiencias espirituales, estas sustancias no pueden conducirnos a tener "vislumbres espirituales". Para apreciar este tema en mayor profundidad debemos tener en cuenta dos cuestiones:

a) El efecto de las drogas solo induce una percepción o experiencia en el plano psíquico. Este plano es intermedio entre el físico y el espiritual, y aunque pueda parecer extraordinario para la persona que lo percibe por primera vez, no tiene ninguna relación directa con las realidades espirituales. De hecho, se lo considera lleno de tentaciones y engaños para quien incursiona en él sin el conocimiento adecuado. HPB en *La Voz del Silencio* le advierte al discípulo sobre este plano "tan peligroso en su pérfida belleza" diciendo: "En él encontrará tu alma las flores de vida, pero debajo de cada flor una serpiente enroscada". Y añade: "Cuidado lanú [discípulo], no sea que, deslumbrada por el resplandor ilusorio, se detenga tu alma, y en su engañosa luz quede presa". En el mundo psíquico, tal como en el físico, existen

* Droga derivada del cannabis, al igual que la marihuana.

peligros, y podemos encontrar allí entidades e influencias de todo tipo. Por esto, tradicionalmente, se recomienda al aspirante no incursionar en el plano psíquico hasta que se tenga un buen grado de pureza y desarrollo espiritual que sirvan de protección y guía.

b) El segundo factor a considerar es la naturaleza efímera de los estados producidos artificialmente. Como veremos más adelante, nuestra conciencia original es espiritual y omnisciente en su propio plano. La principal razón de por qué no somos conscientes de las realidades espirituales radica en el hecho de que, cuando la chispa divina se sumerge en la materia, va quedando más y más limitada, hasta que se torna incapaz de retener la conciencia de lo divino. Parte importante de la evolución de la conciencia consiste en la purificación de sus vehículos, y en el aprendizaje de cómo expresarse en los mundos inferiores sin perder el recuerdo de su verdadera naturaleza. Todo lo que podemos conseguir a través del uso de drogas es remover artificialmente las limitaciones que impone el funcionamiento normal del cerebro, pero de este modo no se gana nada desde un punto evolutivo: ni purificación, ni desarrollo de habilidad. Es como el caso de una persona que, por haber vivido en la oscuridad desde su nacimiento, nunca hubiera abierto sus ojos. Si dicha persona es puesta en un medioambiente normal y quiere desarrollar la capacidad de ver, deberá hacer un esfuerzo por abrir los ojos. Solo de este modo activará gradualmente los músculos necesarios y aprenderá a usarlos. Si alguien le abriera los ojos artificialmente, no lo estaría ayudando en tal proceso. De hecho, su retina podría ser dañada al verse expuesta a demasiada luz repentinamente.

Todos nosotros experimentamos el mundo psíquico en los períodos entre dos encarnaciones, cuando dejamos atrás el cuerpo físico. Sin embargo, al tomar un nuevo cuerpo para la próxima encarnación, la percepción psíquica vuelve a perderse, a menos que la conciencia haya desarrollado esta capacidad

por sí misma. Remover artificialmente los obstáculos para la percepción solo ofrece una experiencia pasajera, que puede ser excitante o aterradora, dependiendo de la pureza de la persona y de otros factores. Pero en el proceso, se está dañando el cerebro, haciendo progresivamente más difícil la comunicación entre nuestra naturaleza espiritual y la conciencia personal.

El esfuerzo por llevar una vida pura y por comprender la existencia desde una perspectiva unitiva estimula el desarrollo de nuestra naturaleza espiritual. Junto con esto se desarrollan las glándulas que median la expresión de las conciencias psíquica y espiritual, en una forma genuina y permanente.

El bazo, el hígado y el estómago

> *El bazo se corresponde con el* linga sharīra*, que sirve como su morada.… Como el* linga sharīra *es el reservorio de la vida para el cuerpo, el medio y el vehículo de* prāna*, el bazo actúa como centro de* prāna *en el cuerpo, desde el cual la vida es bombeada y puesta en circulación. Es, en consecuencia, un órgano muy delicado, aunque el bazo físico es solo la cubierta del verdadero bazo.** (17)

> *El hígado y el estómago, como se dijo, son las correspondencias de* kāma *en el tronco del cuerpo, y con ello deben agruparse el ombligo y los órganos generativos. El hígado está estrechamente conectado con el bazo, como lo está* kāma *con el* linga sharīra*, y ambos toman parte en la generación de la sangre.…* (18)

La sangre

> *La circulación de la Vida,* prāna*, a través del cuerpo, se realiza por medio de la sangre. Es, en nosotros, el Principio*

---

* Blavatsky se refiere aquí a la contraparte etérica del órgano físico. Este concepto será examinado en el próximo capítulo.

> *vital pránico, más que* prāna*, y está estrechamente relacionado a* kāma *y al* linga sharīra*. La esencia de la sangre es* kāma*, penetrado por* prāna*, el cual es universal en este plano.* (19)

> *El* kāma *es la vida y la esencia de la sangre, que se coagula cuando el* kāma *la abandona.* (20)

Como la sangre es el vehículo de *kāma*, contiene las emanaciones más groseras o animales de los organismos. Cuando en la Ciencia Oculta se advierte sobre el efecto nocivo del consumo de carne se lo hace, en parte, por la sangre que está en ésta. Es por esto que en algunas tradiciones se recomienda desangrar a los animales que se van a utilizar como alimento; aunque tal procedimiento es rechazado en el Ocultismo debido a la crueldad que implica:

> *Uno de los grandes sabios alemanes ha demostrado que toda clase de carne animal, sea cual fuese el modo de guisarla, conserva siempre ciertas propiedades características del cuerpo del que ha formado parte, y las cuales pueden reconocerse.… Nosotros vamos más lejos, y probamos que cuando la carne de los animales es asimilada como alimento por el Hombre, le transmite, fisiológicamente, algunas de las propiedades características del animal a que pertenecía.* (21)

> *Así es que se aconseja a los estudiantes verdaderamente celosos que ingieran el alimento que tenga influencia menos pesada sobre su cerebro y su cuerpo, y cuyo efecto de estorbar y retrasar el desarrollo de la intuición, facultades internas y poderes, sea el menor posible.* (22)

Como ya hemos señalado, el consumo de carne dificulta el desarrollo espiritual, interfiriendo con el proceso de sutilización de los vehículos, y despertando las pasiones animales en el individuo. Sin embargo, siempre debemos tener cuidado de

no caer en actitudes desproporcionadas. Hay personas que se concentran demasiado en que su dieta sea pura, pero prestan poca atención a cómo alimentan sus tendencias emocionales y mentales. Por eso Blavatsky decía que comer carne:

> *... no es un crimen; solo retrasará algo su progreso, porque, después de todo, los actos y funciones corporales tienen mucha menos importancia que lo que el Hombre piensa y siente; que los deseos que anima en su mente, permitiéndoles echar raíces y desarrollarse.* (23)

Para terminar, debemos agregar que la preferencia por el vegetarianismo no se limita solo a los perjuicios personales que esto puede traer. El permitir que se maten animales en nuestro beneficio atenta contra ese sentimiento de compasión hacia todos los seres, que va naciendo en quien trabaja en el desenvolvimiento interno.

Ejercicio: Auto-observación Corporal

En general, nuestra civilización ha embotado la inteligencia de nuestro cuerpo. Raramente lo escuchamos, y a menudo le imponemos costumbres o modificaciones insalubres, a veces simplemente para seguir la moda de turno. Por otro lado, debido al ritmo de vida que llevamos, frecuentemente lo sobreexigimos y lo sometemos a una mala alimentación.

El comenzar a prestarle atención al cuerpo, considerándolo como una expresión de la inteligencia del universo, permite que su sensibilidad se vaya despertando nuevamente. Se proponen para ello los siguientes ejercicios:

a) Al despertarse por la mañana, observe su cuerpo. Preste atención a sus sensaciones, y note si está cansado, si hay dolores, etc. Podemos aprender mucho de lo que nos comunica. Si notamos frecuentemente que no se ha descansado bien, deberíamos revisar cómo se está desarrollando nuestra vida:

si estamos alimentándonos incorrectamente o teniendo una vida desordenada, si estamos durmiendo poco o viviendo con mucho estrés o excitación, si hay falta de ejercicio, etc. Con la observación del cuerpo irá creciendo naturalmente una conciencia de salud, y con ello la energía necesaria para ir organizando nuestra vida de un modo más equilibrado, tanto como lo permitan nuestras circunstancias actuales.

Al levantarse, es deseable tomar un baño y luego, antes de desayunar, disponer de algunos minutos para el siguiente ejercicio de auto-observación:

b) Siéntese cómodo, en una postura firme y relajada, con la espalda recta. Tome conciencia de los puntos de apoyo del cuerpo y fije su atención allí por unos momentos. Deje que la postura se estabilice y equilibre. Entonces comience a revisar con atención todo su cuerpo, ordenadamente, desde la cabeza a los pies. Preste atención a cada sensación que haya sobre la piel (como calor, frío, picazón, cosquilleo, etc.) o incluso dentro de su cuerpo (como el latir del corazón, el fluir de la sangre, la secreción de jugos digestivos, o dolor, cansancio, etc.). No piense en las sensaciones, no las verbalice, simplemente nótenlas. Si encuentra alguna tensión, suéltela, déjela ir, relajándose. Revise el cuero cabelludo, la frente, los ojos, las mejillas, la boca, la lengua, el cuello, los hombros, la espalda, etc. Permanezca consciente, observando, descubriendo, sin verbalizar lo que están haciendo, sino más bien sintiéndolo.

c) Durante el día observe cómo se mueve su cuerpo. Cuando camine, sea consciente de sus movimientos; cuando hable, observe sus gestos. Elija cierta actividad física que realice cotidianamente y que no requiera mucho pensamiento (por ejemplo, lavar los platos, bañarse, etc.) y propóngase prestar plena atención a los movimientos que realiza, y a las sensaciones que percibe a través de los distintos sentidos. Si puede, extienda esta atención a otros momentos del día; pero al menos comience con una actividad en particular.

Referencias

1- HPB, *Doctrina Secreta* (*DS*), Tomo IV, Sección XI "A. Saptaparna", p. 159.
2- HPB, *Collected Writings* (*CW*) Vol. XII, Instruction V, "Sthula-Sharīra", p. 694.
3- *DS* VI, Notas Sobre Algunas Enseñanzas Orales, "La Conciencia", p. 214.
4- *DS* VI, Notas Sobre Algunas Enseñanzas Orales, "La Médula Espinal", p. 180.
5- *DS* VI, Notas Sobre Algunas Enseñanzas Orales, "La Conciencia", p. 213.
6- *CW* XII, Instruction V, "The Heart", p. 695.
7- *CW* XII, Instruction V, "The Heart", p. 695.
8- *DS* VI, Notas Sobre Algunas Enseñanzas Orales, "La Conciencia", p. 214.
9- *CW* XII, Instruction V, "The Brain", p. 697.
10- *CW* XII, Instruction V, "The Brain", p. 698.
11- *CW* XII, Instruction V, "The Brain", p. 697.
12- *CW* XII, Instruction V, "The Brain", p. 698.
13- *DS* VI, Notas Sobre Algunas Enseñanzas Orales, "Los Nadis", p. 183.
14- *DS* VI, Notas Sobre Algunas Enseñanzas Orales, "La Glándula Pineal", pp. 208-9.
15- *CW* XII, Instruction V, "The Brain", p. 698.
16- HPB, *La Clave de la Teosofía* (*CT*), cap. XIII, "Teosofía y Ascetismo", p. 240.
17- *CW* XII, Instruction V, "The Spleen", p. 699.
18- *CW* XII, Instruction V, "The Liver and the Stomach", p. 699.
19- *CW* XII, Instruction V, "The Blood", p. 699.
20- *DS* VI, Notas Sobre Algunas Enseñanzas Orales, "El Kāma", p. 210.
21- *CT*, cap. XIII, "Teosofía y Ascetismo", p. 239.
22- *CT*, cap. XIII, "Teosofía y Ascetismo", p. 239.
23- *CT*, cap. XIII, "Teosofía y Ascetismo", p. 240.

Capítulo 2

El Doble Astral o Doble Etérico (Linga Sharīra)

El segundo Principio que vamos a explorar es el doble astral del cuerpo físico. Si bien en las clasificaciones que vimos en la Introducción el *prāna* es el Principio que sigue al cuerpo, Blavatsky explica que es más correcto poner en segundo lugar al *linga sharīra*:

> *En el antiguo y ya familiar método de enumerar Principios, que se expuso en* The Theosophist* *y en el* Buddhismo Esotérico*.… los Principios 3 y 2 (*linga sharīra *y* prāna*) aparecen inversamente al que da el orden esotérico, según el cual, el* linga *es el vehículo de* prāna *o* jīva *(el Principio vital) y, por lo tanto, ha de ser necesariamente inferior a* prāna*, y no superior, como supone la anterior numeración exotérica. Los Principios no están superpuestos, y así no pueden enumerarse correlativamente; su orden depende del predominio de unos u otros, y difiere, por consiguiente, en cada individuo.* (1)

Como hemos señalado en la *Introducción*, los Principios se describen en cierto orden solo por razones filosóficas, y no porque dicha enumeración se corresponda necesariamente con la realidad. Es importante mantener esto en mente para evitar ser demasiado rígidos en aspectos de la enseñanza esotérica que son más bien secundarios.

Antes de examinar en detalle este Principio es necesario hacer otra aclaración. El lenguaje a través del cual se difundieron las

---

* *The Theosophist* es una revista Teosófica mensual, publicada por la Sociedad Teosófica Internacional desde octubre de 1879 hasta nuestros días. Cada Presidente Internacional de la ST es su editor.

enseñanzas de la filosofía esotérica durante los primeros tiempos de la ST fue desarrollándose gradualmente. Así, por ejemplo, en un comienzo el *linga-sharīra* fue llamado de diversas formas, tales como "doble astral", "cuerpo astral", "cuerpo etéreo", etc. Por otro lado, la palabra "astral" en esa época era utilizada a menudo de un modo ambiguo, para hacer referencia a los Principios "intermedios", es decir, para denominar todo aquello que no era ni físico ni espiritual. El *kāma-rūpa*, por ejemplo, era frecuentemente llamado "alma astral". Debido a la confusión que esto generaba, algunos años después la Dra. Annie Besant redefinió los términos para utilizarlos en forma inequívoca, denominando al *linga-sharīra* como "doble etérico".* A continuación reproducimos la explicación que dio A. Besant:

> Linga sharīra*, cuerpo astral, cuerpo etéreo, cuerpo fluido, doble, espectro, döppelganger, el Hombre astral, tales son unos pocos de los muchos nombres que se le ha dado al segundo Principio de la constitución del Hombre. El mejor nombre es Doble Etérico porque este término designa solo el segundo Principio, sugiriendo su constitución y apariencia, mientras que los otros nombres han sido usados de un modo algo general para describir cuerpos formados de materia algo más sutil que la que afecta a los sentidos físicos, sin considerar si otros Principios estaban o no involucrados en su construcción.* (2)

Así, en la literatura Teosófica post-Blavatsky, el *linga-sharīra* es llamado "doble etérico", y la denominación de "cuerpo astral" se utiliza como sinónimo del "cuerpo emocional".† Pero

---

* Este nombre no está muy alejado de la descripción que HPB hacía del *linga-sharīra*. Por ejemplo, ella decía que este Principio era un "doble" del cuerpo físico formado por materia sutil "altamente eterizada".

† Ver el *Apéndice*, donde se examina la constitución del Hombre desde el punto de vista de los diversos cuerpos sutiles.

tengamos en cuenta que cuando leemos "cuerpo astral" en la literatura pre-Besant *en general* se refiere al *linga-sharīra*.

Este doble astral o etérico está compuesto de lo que podríamos llamar "materia física", aunque en un grado de sutilización mucho mayor. Por esta razón no puede ser observado por medio de la vista normal.* C. W. Leadbeater, un clarividente de los primeros tiempos de la Sociedad Teosófica, decía que:

> *El clarividente lo ve como una masa de neblina gris violeta débilmente luminosa, que interpenetra la parte densa del cuerpo físico y se extiende un poco más allá de éste.* (3)

El doble se extiende unos centímetros más allá de los límites del cuerpo físico y muestra cierta estructura, que es más o menos definida de acuerdo a la evolución de la persona. Éste posee canales sutiles (llamados *nādis* en hinduismo) a través de los cuales circula la vitalidad (el *prāna*).† Además aloja los *chakras*, que son puntos de conexión entre los distintos vehículos sutiles de la conciencia.‡

Examinemos primero algunas generalidades:

> *El Hombre tiene su doble o "sombra" alrededor del cual se construye el cuerpo físico del feto. La imaginación de la madre, o un accidente que afecte al niño, también afectará al cuerpo astral [etérico]…. Este "doble" nace y muere*

---

* Aunque la materia "etérica" es más sutil que la física densa que todos percibimos, ambas son parte del plano físico. Como escribió HPB, tanto el *linga-sharīra* como el cuerpo físico "pertenecen al mismo plano". Esta enseñanza fue luego articulada por A. Besant y C. W. Leadbeater de un modo más sistemático.

† La literatura Teosófica no describe la estructura y distribución de estos canales etéricos dado que, como veremos, no se recomienda manipular la libre y natural circulación de la fuerza vital.

‡ Dado que éste es un tema extenso no puede ser tratado aquí, y recomendamos a quien esté interesado en profundizarlo que lea el libro *Los Chakras* de C. W. Leadbeater.

con el Hombre y no puede separarse demasiado del cuerpo durante la vida, y aunque no muere con éste, se desintegra junto con el cadáver. (4)

Este linga sharīra *está unido al cuerpo físico por un cordón umbilical, un cordón material, y por lo tanto no puede alejarse mucho de éste. Puede ser dañado por un instrumento cortante, y no podría enfrentar una espada o una bayoneta, aunque podría pasar fácilmente a través de una mesa o cualquier otro mueble.* (5)

El doble, por ser de materia física (aunque sutil), puede ser dañado por elementos punzantes. También es afectado por el pensamiento: no solo el de la propia persona sino, en el caso de un feto en gestación, incluso por el de la madre. El doble tiene la capacidad de separarse un poco del cuerpo físico, aunque, dado que está conectado a éste a través del "cordón de plata", no puede apartarse demasiado de él. Cuando una persona muere, este cordón etérico se corta y se interrumpe definitivamente el flujo de *prāna* al organismo.

El *linga-sharīra* cumple tres funciones:

a) Vehículo de la energía vital.
b) Molde para la formación del cuerpo físico.
c) Elemento transmisor entre la actividad psíquica y el cuerpo físico.

Primero examinaremos su función como medio, a través del cual la vida o *prāna* nutre al cuerpo:

El linga-sharīra*, como ya se ha dicho, es el vehículo de* prāna*, y mantiene la vida en el Cuerpo. Es una esponja o reservorio de vida, colectándola de todos los reinos de la naturaleza a su alrededor, y es el intermediario entre los reinos de la vida pránica y física. La vida no puede pasar en forma inmediata y directa desde lo subjetivo a lo objeti-*

vo, porque la naturaleza avanza gradualmente de esfera en esfera, sin superponer ninguna. El linga-sharīra *sirve como intermediario entre* prāna *y* sthūla-sharīra *[el cuerpo físico], extrayendo vida desde el océano de* jīva *[la Vida Universal], y bombeándola en el cuerpo físico como* prāna*. Porque la vida es, en realidad, la Divinidad,* Parabrahman*, la Deidad Universal. Pero para que ésta pueda manifestarse en el plano físico debe ser asimilada a la materia de este plano; lo que no puede ser hecho directamente ya que lo puramente físico es demasiado grosero, y por esto necesita un vehículo: el* linga-sharīra*.* (6)

A la manera de un acumulador eléctrico acumula vida, que distribuye con regularidad y oportunamente por todas las partes del organismo, dirigiendo la corriente vital según las necesidades del cuerpo. (7)

El hecho de que el *linga-sharīra* esté compuesto de una clase más sutil de materia física, le permite cumplir su función de "puente" entre la vida subjetiva y el cuerpo objetivo. Dado que, en cierta manera, participa de la naturaleza de ambos, tiene la capacidad de ponerlos en contacto mutuo.

Es interesante notar que el *prāna* es colectado por el *linga* "de todos los reinos de la naturaleza a su alrededor". Por esta razón, las personas con cierta sensibilidad sienten una revitalización cuando pasan algunos días en contacto con la naturaleza. La vida en las grandes ciudades, con su estrés y aislamiento de lo natural, contribuye a que surjan enfermedades propias de nuestra época y cultura, tales como la fatiga crónica, la depresión, y otras. Siempre es útil tomarse algunos momentos o días para estar en contacto con la naturaleza, el silencio y la tranquilidad.

La muerte del cuerpo físico se produce cuando su conexión con el doble astral o etérico se rompe, y éste último se torna incapaz de transmitir la energía vital al primero. Incapaz de servir como vehículo de conciencia independiente, el doble

comienza a disiparse "muy poco después de la desintegración del cuerpo". (8)

*Así, el "*linga-sharīra*" se disuelve con el cuerpo externo a la muerte de éste último. Éste se disuelve lenta y gradualmente, y su adherencia al cuerpo se torna cada vez más débil en tanto las partículas se desintegran. A veces, en las noches cálidas, durante el proceso de decaimiento, puede verse sobre las tumbas. Éste se manifiesta debido a la atmósfera seca y eléctrica y aparece como una llama azulada, a menudo como un pilar luminoso, de una naturaleza "odílica", teniendo un parecido más o menos vago a la forma externa del cuerpo que yace bajo tierra. La superstición popular, ignorante de la naturaleza de estas emanaciones gaseosas post-mortem, lo confunde con la presencia de un alma en pena, del espíritu personal del difunto, elevándose sobre la tumba de su cuerpo. Sin embargo, cuando el trabajo de destrucción se ha completado, y la naturaleza ha roto completamente la cohesión de las partículas corpóreas, el* linga-sharīra *se dispersa con el cuerpo del que no era sino una emanación.* (9)

Al *linga* se lo describe en otra función, que es la de ser el "molde" del cuerpo físico. Un hecho asombroso que mantiene perpleja a la Ciencia de nuestro tiempo es la capacidad de las células del organismo, durante el desarrollo embrionario, para adoptar las formas de los distintos órganos. Si uno hace un cultivo artificial de células de hígado, por ejemplo, éstas crecerán extendiéndose en forma plana sobre la superficie. Si se quiere que adopten una forma determinada, hay que proveer cierto molde sintético. Pero en el embrión, cuando las células se dividen y diferencian, van agrupándose y tomando formas complejas que dan origen a los órganos, sin que medie (aparentemente) ningún molde. Este hecho llevó al científico Rupert Sheldrake –quien fue miembro de la ST– a desarrollar su teoría de los "campos morfogenéticos". Su modelo postula

que "los organismos en crecimiento adquieren forma a partir de campos que están tanto dentro como alrededor de ellos, campos que contienen, por así decirlo, la forma del organismo". (10) Dichos campos no son sino la presencia de esta contraparte etérica de todo en la naturaleza.

Este doble astral o etérico está presente desde el comienzo del desarrollo embrionario, de modo que, tomándolo como molde o plantilla, el cuerpo físico del feto se construye sobre él:

> *El* linga sharīra *es el antetipo protoplásmico, o doble, del cuerpo físico, que es su imagen. En tal concepto se le llama "progenitor" del cuerpo físico, es decir, la madre fecundada por* prāna*, el padre.* (11)

> *Es la imagen subjetiva del Hombre que será; el modelo del cuerpo físico en el cual el niño será formado y desarrollado. Entonces es revestido con materia.… Hasta la edad de siete años éste forma y moldea al Cuerpo, luego de esa edad, el Cuerpo forma al* linga-sharīra*.… Es la perfecta imagen del Hombre, bueno o malo, de acuerdo a su propia naturaleza.* (12)

A través del *linga-sharīra* se expresan los gérmenes kármicos producidos en encarnaciones previas, los cuales se manifiestan físicamente como predisposiciones genéticas. Así, la entidad reencarnante es atraída "magnéticamente" hacia padres que poseen las características genéticas y sociales kármicamente apropiadas. Como explicó el *Mahātma* KH:

> *La Ley de Afinidad actúa a través del impulso Kármico inherente del Ego, y gobierna su futura existencia. Comprendiendo la Ley de Herencia de Darwin para el cuerpo, no es difícil percibir cómo el Ego que busca nacimiento puede ser atraído al momento de renacer hacia un cuerpo nacido en una familia que tiene las mismas propensiones que las de la Entidad reencarnante.* (13)

Las tendencias que una persona desarrolla en su vida quedan "almacenadas" en los Principios superiores luego de la muerte física. Cuando el alma se dispone a reencarnar, proyecta el nuevo doble etérico, portando las causas kármicas que serán activas en la nueva vida. Dado que este Principio modela el cuerpo, es probable que pueda intervenir en la selección de genes y en sus patrones de expresión luego de la fecundación. Esto está apoyado por el hecho de que, como veremos más adelante, *prāna* interviene en las reacciones físico-químicas que tienen lugar en las células. De este modo será posible manifestar las apropiadas características físicas, patrones hormonales (que intervienen en el carácter, emociones y sentimientos de las personas), enfermedades, habilidades, etc.

Finalmente, nos queda mencionar una última función de este Principio, que es la de hacer de eslabón entre los aspectos físico y psíquico (o psicológico) del ser humano. Nuestra actividad psicológica (pensamientos, deseos, emociones, recuerdos, etc.) es originada en los planos emocional y mental, y luego comunicada al cerebro físico. Esta transmisión tiene lugar a través del doble astral o etérico. Sin embargo, dado que este Principio que actúa como medio de transmisión no es inerte, la actividad psicológica influye en su desarrollo, lo cual, a su vez, repercute sobre el cuerpo físico. Este fenómeno está comenzando a ser reconocido en la medicina actual bajo el nombre de "modelo biopsicosocial", más comúnmente conocido como "conexión mente-cuerpo":

> *El Cuerpo Astral (*linga sharīra*), compuesto de materia altamente eterizada, en su habitual estado pasivo es el perfecto pero muy indefinido duplicado del cuerpo; su actividad, consolidación y forma dependen enteramente del* kāma rūpa *[o cuerpo de los deseos]*. (14)

> *La Mente y el* linga sharīra *accionan y reaccionan mutuamente uno sobre otro, y así se prepara el molde para la próxima encarnación.* (15)

Sabiendo que nuestros pensamientos y emociones afectan al doble, y que éste es el molde sobre el cual se construye el cuerpo físico en una nueva encarnación, podemos ver cómo cada uno de nosotros está realmente creando su futura personalidad de acuerdo al modo en que vive en el presente.

Ejercicio: Meditación en el Corazón

En el capítulo anterior hemos mencionado la importancia del corazón como centro de conciencia espiritual, razón por la cual muchas tradiciones lo consideran como un punto importante de meditación. En la literatura Teosófica también podemos encontrar esta técnica, pero allí se advierte que la atención no debe centrarse sobre el órgano físico, dado que esto puede interferir con su funcionamiento normal. La meditación debe desarrollarse en el centro cardíaco *etérico* que se encuentra sobre el *linga sharīra*, y que está conectado con otros centros en los cuerpos sutiles.

Para realizar este ejercicio siéntese y relájese como explicamos en el capítulo anterior. Una vez finalizado ese proceso dirija su atención a la zona del corazón; trate de sentir su latido. Si no lo consigue sentir inmediatamente no se preocupe; lo irá logrando a medida que adquiera sensibilidad y destreza con la práctica. Lo importante es que su conciencia se "posicione" en esa zona. Entonces imagínese a usted mismo como si estuviera en la región del corazón, pero sobre el doble etérico, más o menos medio centímetro por fuera del cuerpo. Si así lo desea, puede imaginar que está sentado en medio de un centro de luz dorada, meditando, o de rodillas en actitud de adoración, o de cualquier modo que le agrade o inspire.

Reflexione por unos momentos sobre la conciencia espiritual. Puede meditar sobre alguna virtud en particular, y dejar que el sentimiento de dicha virtud lo impregne. Una vez que ha finalizado su reflexión, quédese en un estado de atención

silenciosa, con calma, abierto a "escuchar los dictados de la Conciencia Espiritual". No espere escuchar algo como una voz, o ni siquiera que aparezca una idea concreta en su mente. Solo disfrute de este momento de *ser* (no de hacer) y quede abierto a la influencia espiritual, la cual le afectará aunque usted no lo note en forma directa. Si usted se pone en este estado de receptividad después de haber meditado sobre algo de naturaleza espiritual, no hay peligro de quedar expuesto a influencias inferiores.

No espere resultados preconcebidos. Haga todo esto con un sentido de aprendizaje y experimentación, incluso de juego.

Referencias

1- HPB, *La Doctrina Secreta* (*DS*), Tomo VI, Apunte II, p. 101.
2- Annie Besant, *Los Principios*, "Principio II", p. 9.
3- C. W. Leadbeater, *Los Chakras*, Capítulo Primero, "El Doble Etéreo", p. 17.
4- HPB, *Collected Writings* (*CW*) Vol. X, "Dialogue Between the Two Editors", p. 218.
5- *CW* XII, Instruction V, "The Linga Sharīra", pp. 705-6.
6- *CW* XII, Instruction V, "The Linga Sharīra", p. 704.
7- HPB *et al.*, *Glosario Teosófico*, "Linga Sharīra", p. 368.
8- *DS* IV, Sección XI, "A. Saptaparna", p. 159.
9- *CW* IV, "The Present Great Need of a Metaphysico-Spiritual Vocabulary", p. 53-4.
10- Rupert Sheldrake, Part I - Mind, Memory, and Archetype Morphic Resonance and the Collective Unconscious, *Psychological Perspectives* (Spring 1987), 18(1) 9-25.
11- *DS* VI, Apunte II, p. 101.
12- *CW* XII, Instruction V, "The Linga Sharīra", p. 706.
13- *Mahātma* KH, *Cartas de los Mahātmas a A. P. Sinnett*, No. 86, p. 579.
14- A. O. Hume, *The Theosophist* Vol. 2 Nº 1, "Fragments of Occult Truth", Octubre 1881, p. 19.
15- *CW* XII, Instruction V, "The Linga Sharīra", p. 706.

Capítulo 3

La Fuerza Vital (Prāna)

La palabra prāna *es de origen sánscrito, y significa energía, fuerza vital, o respiración. En la literatura Teosófica constituye el tercer Principio del Hombre, y es descrito como "el poder activo que produce todos los fenómenos vitales".* (1)

Desde un punto de vista científico no es posible definir qué es la vida. Todo lo que se puede decir es que es la característica que distingue a los seres vivos de los no vivos. Pero la Filosofía Esotérica, que no se limita a la descripción de fenómenos externos, enseña que la causa de esta característica es prāna*, "el Principio motor de la vida".* (2)

Comencemos el estudio de este Principio examinando su origen:

Prāna *o la "Vida" es, estrictamente hablando, la fuerza radiante o energía de* ātma *–considerado como la Vida Universal y el Yo Único–…. es llamado "Principio" solo porque es un factor indispensable, y el deus ex machina* del Hombre viviente.* (3)

Como puede apreciarse, el origen de la vida es divino, y por eso trasciende las facultades limitadas de los sentidos y del intelecto. Dado que *ātman* es de una naturaleza universal, su "radiación", la vida, también lo es. De esto se desprende el principio Teosófico de que toda criatura comparte esencialmente una misma y única vida, sin importar el grado de desarrollo de su

---

* La frase del latín *deus ex machina* en esta cita hace referencia a un elemento importante o vital que es introducido desde afuera.

organismo. La diferencia entre la vida universal y la individual es explicada de la siguiente manera en el *Glosario Teosófico*:

> *La Vida es universal, omnipresente, eterna, indestructible, y la porción de esta Vida universal individualizada o asimilada a nuestro cuerpo es lo que se designa con el nombre de* prāna*.…* prāna *es la vitalidad, la fuerza vital, la vida que impregna todo el cuerpo vivo del Hombre, la energía o potencia activa que produce todos los fenómenos vitales.… Al morir el cuerpo, el* prāna *vuelve al océano de Vida cósmica.… Imaginemos una esponja viva desplegándose en la masa de agua que la baña, envuelve e impregna.… Podemos considerar, por un lado, el océano que rodea a la esponja, el cual se mantiene por fuera de ella; y por el otro, la pequeña parte de océano que la esponja ha absorbido, apropiándosela. Este inmenso océano de vida, o sea la Vida Universal, se denomina* jīva*, así como la porción de Vida Universal que se apropia cada organismo, es designada por el nombre de* prāna*.* (4)

HPB no describió en detalle las características de la fuerza vital, pero según las investigaciones clarividentes de la Dra. Besant y C.W. Leadbeater, el *prāna* es distinto en los planos físico, emocional (o astral) y mental. La forma física es de una estructura simple y anima minerales y vegetales, aunque en estos últimos muestra una estructura algo más compleja. La fuente principal del *prāna* físico viene del sol, pero está presente también en cada forma de la naturaleza. En animales, éste se asocia a elementos kámicos, poniendo a su alcance la conciencia emocional. En el Hombre, *prāna* presenta además elementos del plano mental.

En nuestros cuerpos, la contraparte etérica del bazo juega un rol importante en la absorción y especialización de la fuerza vital. Ésta circula por todo el organismo a través de los *nādis,* y actúa

sobre la contraparte etérica del sistema nervioso. De este modo, lleva las sensaciones desde el cuerpo físico a los cuerpos sutiles, donde tienen lugar nuestras conciencias emocional y mental. La actividad del *prāna* se limita a los Principios inferiores, y por esto se lo considera como parte de la *personalidad*.

A nivel celular, el *prāna* es la fuerza sutil que controla las reacciones físico-químicas y metabólicas. Debemos recordar que en el universo existe una sola energía, que se diferencia en varias modalidades en los mundos manifestados. La electricidad y el magnetismo son expresiones de *prāna* en el plano físico denso. Teniendo en cuenta que, como lo explica la física moderna, la materia no es sino una forma de energía "embotellada", podemos entender cómo una fuerza sutil puede tener efectos sobre el plano físico.

Prāna tiene también un rol sistémico, ya que coordina las funciones individuales de las células del cuerpo para formar un todo organizado, un vehículo que la conciencia puede usar para expresarse en el mundo físico. Pero cuando el cordón de plata etérico se rompe y el *prāna* se retira, la fuerza organizadora desaparece. Ahora, las "vidas" que conformaban el cuerpo comienzan a funcionar independientemente, y esto resulta en la disolución del organismo.

Sobre el Prānāyāma

Uno de los medios principales a través del cual el cuerpo incorpora *prāna*, es la respiración. En el yoga existe una práctica que implica el dominio, restricción, o regulación de esta función orgánica, y que se denomina *prānāyāma* (del sánscrito *āyāma* = suspensión, cesación, y *prāna* = respiración). Esta técnica está hoy muy difundida en occidente, aunque la mayoría de las personas que experimentan con ella no tiene ni el conocimiento ni la preparación necesaria para practicarla sin peligros. Por ejemplo, el Swami Vishnudevananda, en su comentario al texto

clásico *Hatha Yoga Pradipika*, advierte que cuando una persona practica el *prānāyāma* antes que su dieta y estilo de vida hayan sido regulados apropiadamente, corre el peligro de aumentar el flujo del *prāna* en su cuerpo, mientras que los canales de energía (*nādis*) están todavía obstruidos. Esto hará que el *prāna* fluya violenta y descontroladamente a través del cuerpo, causando desbalances tanto físicos como psicológicos. (5) Por ésta y otras razones, en el *Glosario Teosófico* se advierte:

> *El ejercicio del* Prānāyāma *debidamente practicado y bajo la dirección de una persona experta, es altamente beneficioso puesto que es una de las partes preliminares del verdadero* Rāja Yoga*, por cuyo medio se dominan todas las energías vitales y se someten al Yo Superior. Pero en esa misma práctica descansa también el* Hatha Yoga *y, en tal concepto, los Maestros se oponen unánimemente a su ejercicio por las funestas consecuencias que suele acarrear, tanto en la parte física como en la moral del Hombre.* (6)

HPB decía que hay dos líneas de desarrollo interno, caracterizadas por los métodos de dos escuelas de yoga: la *rāja* y la *hatha*. El *rāja yoga* es un método psico-espiritual, que pone énfasis en la meditación y el trabajo sobre la naturaleza moral y psicológica del Hombre. El *hatha yoga* es un método psico-fisiológico, cuyo énfasis está puesto en el dominio de lo corporal y de las energías psíquicas. HPB advertía que este último método es peligroso y que, aunque estimula las potencias psíquicas del aspirante, no es efectivo para despertar su naturaleza espiritual.

Es necesario aclarar aquí que Blavatsky no está denunciando la práctica de las *āsanas* (posturas) que se conocen comúnmente en occidente, la cual es beneficiosa si no se lleva a extremos. Sus críticas tienen como objetivo el sistema practicado por los *hatha yoguis* en India, que involucra prácticas tántricas, torturas extremas del cuerpo, y la manipulación de las energías psíquicas y vitales del organismo. La disciplina completa del

hatha yoga, debido a su rigurosidad, no ha tenido una difusión masiva en occidente. Sin embargo, algunos de sus métodos como el *prānāyāma*, el despertar de *kundalinī*, la meditación sobre los *chakras*, etc., sí son enseñados al público general. En consecuencia, estos métodos pueden ser practicados hoy por cualquier persona, que no necesariamente ha pasado por los largos períodos de preparación y purificación que son parte integral de este sistema en oriente. Desafortunadamente, la mayoría de los instructores que enseñan estos métodos no cuentan con verdadera experiencia en el manejo de las energías psíquicas, ni tienen la capacidad de observar clarividentemente el efecto de la práctica sobre sus pupilos, a fin de corregir lo que sea necesario.

De todos modos, incluso si se está en presencia de un gurú con experiencia en estos métodos, la Filosofía Esotérica no los recomienda como medios de desarrollo interno:

> *La ciencia del* Hatha Yoga *se apoya en el* prānāyāma *o "detención del aliento" a cuyo ejercicio se oponen unánimemente nuestros Maestros. Porque ¿qué es el* pranāyāma*? Literalmente traducido significa: la "muerte del aliento vital". Según hemos dicho,* prāna *no es* jīva*, la eterna fuente de la vida inmortal.… En* Las Fuerzas Más Sutiles de la Naturaleza* *se halla todo lo que se ha enseñado pública y claramente sobre esto. Pero tales prácticas solo pueden conducir a la magia negra y a la mediumnidad.… La ciencia de los Cinco Alientos: el húmedo, el ígneo, el aéreo, etc., tiene un doble significado y dos aplicaciones. Los* Tāntrikas *la toman literalmente, en lo relativo a la regulación del aliento vital pulmonar; mientras que los antiguos* Rāja yoguis *la referían al aliento mental o de la "voluntad", que solo puede conducir a la facultad de clarividencia superior, a la función del tercer*

---

* Una serie de artículos publicada en *The Theosophist*, más tarde editada y publicada como libro.

ojo, y a la adquisición de los verdaderos poderes ocultos del Rāja Yoga...

La escuela transhimaláyica de los antiguos Rāja Yoguis *de la India, con los cuales no deben confundirse los* yoguis *modernos.… subyugan lo inferior por medio de lo superior. Pero este efecto ha de resultar del ejercicio del poder de la voluntad, y no de la científica o regulada supresión del aliento.* (7)

Existen varios ejercicios respiratorios que son inofensivos, y que pueden incluso ser beneficiosos para la salud. El aspecto más peligroso de esta práctica radica en los prolongados períodos de *kumbhaka* (retención de la respiración) que afectan al flujo de *prāna*. Lo que se aconseja es que nunca se retenga la respiración hasta el punto de sentir incomodidad, ni que se trate de forzar un aumento en la capacidad para permanecer sin respirar.

El *hatha yogui* emplea esta técnica porque sostiene que la actividad mental depende de la respiración (*prāna*), y cree que utilizando ejercicios físicos para suprimir esta última puede trascender la mente. El *rāja yogui* tiene un punto de vista opuesto. Considera que la respiración depende de la actividad mental y, por lo tanto, no trata de regular la primera, sino la segunda. Por esto HPB dice que el verdadero *prānāyāma* se refiere "al aliento mental o de la voluntad". Los métodos del *rāja yoga* están direccionados al cese de la actividad del pensamiento y, en última instancia, de la acción de la voluntad egocéntrica. Esta enseñanza es corroborada por *jñanis* contemporáneos de la India, como por ejemplo, Ramana Maharshi:

P. *¿Es necesario que controlemos nuestra respiración?*
R. *La respiración se controla automáticamente cuando la mente está controlada. No es necesario que intentemos el control de la respiración; basta el control de la mente. (8)*

Es claro que la práctica del *prānāyāma* (cuando es llevada

a cabo de un modo correcto y con pleno conocimiento) puede producir resultados psíquicos. Pero la pregunta es si se puede despertar la conciencia *espiritual* a través de la manipulación del *prāna*.

La Teosofía está alineada con los métodos utilizados en las escuelas de *rāja yoga* y *jñāna yoga* (métodos también presentes en otras tradiciones espirituales), y por lo tanto fomenta una dirección similar para el desarrollo espiritual. Veamos pues en qué consiste el *prānāyāma* en dichas escuelas. Nisargadatta Maharaj, otro *jñani* contemporáneo de la India, dijo:

> *Cuando se para la respiración, tu atención se fija únicamente en este* prānāyāma *y sientes entonces una felicidad y un gozo especiales. Después vuelves a caer en el nivel de lo vulgar, sin haber observado en ningún momento quién era el testigo de esa felicidad. Tienes que ponerte en ese puesto de Testigo.… Cuando [la energía de vida] es exterior, es una con el universo, se manifiesta por todas partes. Se le llama* prāna *cuando penetra en el interior. Por tanto, lo que tú haces se realiza solamente a nivel de* prāna*. Tu atención no está fija en la existencia y, sin embargo, no podrás trascender la existencia hasta que logres situarte en ella. Aunque en* samādhi *estás muy cerca de la existencia, tu atención se queda en el aire, pendiente de la necesidad de controlar tu respiración. Procura ser el SER.* (9)

Como ya hemos señalado, *prāna* no es *jīva* (la vida universal), sino solo su manifestación limitada; por lo tanto es parte de la personalidad o cuaternario inferior. Uno puede alcanzar un tipo de *samādhi* si se concentra en la retención de la respiración, pero éste será de nivel inferior, y aunque pueda producir sensaciones agradables o estimular la actividad psíquica, no traerá realización espiritual. Lo que señala Nisargadatta es que uno debe fijar la atención en el "Testigo", en el Ser espiritual, que no es un producto de la actividad de la personalidad. Algo

similar es recomendado por Sri Shankaracharya, el gran *jñani* de la filosofía Vedanta, quien define al *prānāyāma* de la siguiente manera:

> Prānāyāma *es el control de todas las modificaciones mentales, considerando a citta [la mente] y los demás [agregados] únicamente como Brahman. La negación del mundo fenomenal es rechaka (exhalación); la idea de "yo soy en realidad Brahman" es* pūraka *(inhalación); y la posterior firmeza en esa idea es conocida como* kumbhaka *(retención). Éste es el verdadero* prānāyāma *para los iluminados. En cambio los ignorantes torturan su nariz.* (10)

Ramana Maharshi explica esta meditación de la siguiente manera:

> *Mientras que el* prānāyāma *del yoga técnico consiste en regular y refrenar la respiración, el* prānāyāma *que pertenece al* jñāna *consiste en rechazar el mundo de los nombres y las formas, que es irreal, y en realizar lo Real, que es Existencia-Conciencia-Felicidad.…* Rechaka *(exhalación) es la eliminación de los dos aspectos irreales de nombre y forma de los objetos que constituyen el mundo, el cuerpo, etc.;* pūraka *(inspiración) es entender los tres aspectos reales: existencia, conciencia y felicidad, que son constantes en esos objetos, y* kumbhaka *es retener esos aspectos que se han aprehendido.* (11)

Ejercicio: Prānāyāma Mental

a) Toma de Conciencia y Atención.

Realice una relajación consciente y unas pocas respiraciones profundas, lentas, sin forzarlas demasiado. Inhale expandiendo el abdomen y luego el pecho. Retenga por unos pocos segundos (asegurándose de no llegar a sentir que le falta el aire) para luego

exhalar lentamente; todo por la nariz. Luego de unas pocas series de respiraciones profundas deje que ésta se torne tranquila, y obsérvela sin alterar su ritmo, simplemente prestando plena atención a todos los movimientos y sensaciones que están involucrados en la respiración: el aire fresco entrando por la nariz y pasando por la garganta, el abdomen expandiéndose, el pecho elevándose, la sensación de llenado de los pulmones, la pequeña pausa natural que se produce, y por último los movimientos de exhalación.

Esta relajación consciente y observación de la respiración es un ejercicio de meditación simple cuyo objetivo es desarrollar la capacidad de estar presentes y concentrados. Esto va dotando a la mente de cierta cualidad de atención, y además restablece el flujo del *prāna* por el organismo de un modo natural y armónico.

b) Concentración, Meditación y Contemplación

En la literatura Teosófica, tradicionalmente se considera que hay tres etapas sucesivas en el proceso de la meditación: *i*) concentración, donde el aspirante trata de reunir toda su atención en su objeto de meditación; *ii*) meditación propiamente dicha, donde el aspirante, ya libre de distracciones, utiliza su mente para reflexionar sobre un tema, visualizar, etc.; y por último *iii*) contemplación, donde se deja atrás toda actividad mental y se permanece en silencio, tratando de alcanzar una unificación con el objeto de meditación.

A continuación aplicaremos estas etapas a la práctica del *prānāyāma* mental:

i) Como ejercicio preliminar de concentración se puede utilizar la observación silenciosa de la respiración, tal como la explicamos en el apartado anterior. Como alternativa, puede agregar la repetición de una frase corta con cada movimiento de la respiración; como por ejemplo: “Yo no soy la personalidad” al

exhalar, "Yo soy el ser espiritual" al inhalar, y luego permanezca en silencio, tratando de *sentir* que usted es el ser espiritual, mientras pausa la respiración por unos pocos segundos.

ii) La etapa de meditación involucra, primero, la comprensión de lo que es irreal, y luego, la investigación de lo real:*

a) Reflexione sobre la transitoriedad de todo lo que tiene forma. Trate de comprender que las formas son pasajeras; que tanto los objetos externos, como también su cuerpo, emociones y pensamientos están siempre cambiando, y que lo Real es algo que está más allá, por detrás de todo cambio.

b) Una vez que logró cierta comprensión del punto anterior, reflexione sobre la presencia de lo Divino en usted, la Mónada, y que ésta es su verdadera identidad. Lleve su mente hacia aquello que es trascendente, que no tiene límites, que está más allá de todo, porque todo lo contiene. Usted es esta totalidad, y no la limitada expresión de la personalidad.

iii) Cuando haya logrado cierta comprensión acerca del punto anterior, pase a la siguiente etapa, la de la contemplación. Aquí, manténgase en silencio, en un estado de calma, "fundiéndose" en el sentimiento de que su verdadera naturaleza está más allá de la personalidad con sus deseos y limitaciones. En este estado de atento silencio existe la posibilidad de que la conciencia perciba algún aspecto de la verdad de un modo supraconceptual.

Referencias

1- HPB, *La Doctrina Secreta* (*DS*), Tomo IV, Sección XI, "A. Saptaparna", p. 159.

2- *DS* VI, Notas sobre Algunas Enseñanzas Orales, "Prāna", p. 185.

3- HPB, *La Clave de la Teosofía* (*CT*), cap. IX, "Palabras Definidas para Cosas Determinadas", p. 162.

---

* Estos temas serán desarrollados más profundamente en los próximos capítulos. En este punto, una reflexión simple es suficiente a modo de ejercicio introductorio.

4- HPB *et al*., *Glosario Teosófico* (*GT*), “Prāna”, p. 587.
5- Swami Vishnu-devananda, *Hatha Yoga Pradipika*, p. 56.
6- *GT*, “Prānāyāma”, p. 589.
7- *DS* VI, Apunte III, “Prāna”, pp. 139-140.
8- Ramana Maharshi, *Pláticas con Sri Ramana Maharshi*, p. 472.
9- Nisargadatta Maharaj, *Ser*, p. 122.
10- Sri Shankaracharya, *Aparokshanubhuti*, vv. 118-120.
11- Ramana Maharshi, *Self-Inquiry*, respuesta 34.

Capítulo 4

El Principio de Deseos o Alma Animal (Kāma)

Como hemos visto en la *Introducción*, el cuarto Principio de la conciencia es el centro del Hombre animal, es decir, es el origen de las tendencias "biológicas" e instintivas que compartimos con los animales. Blavatsky lo define de la siguiente manera:

> Kāma rūpa*: el Principio del deseo animal que arde furiosamente durante la vida en la Materia, resultando en la saciedad. Es inseparable de la existencia animal.* (1)

Aunque este Principio es frecuentemente denominado *kāma-rūpa* (del sánscrito *kāma*: deseo, *rūpa*: forma o cuerpo), estrictamente hablando no tiene una forma o cuerpo durante la vida:

> *Es un error mencionar al cuarto Principio humano como* kāma rūpa*, pues hasta después de la muerte no adquiere forma, sino que sintetiza los elementos kámicos,* es decir, los deseos y pasiones, tales como la cólera, lujuria, envidia, venganza, etc., que son la progenie del egoísmo y de la materialidad.* (2)

La naturaleza kámica en los animales se manifiesta de un

---

* El concepto de HPB de "elementos kámicos" y la formación del *kāma-rūpa* después de la muerte es similar en varios aspectos a lo que A. Besant y C. W. Leadbeater llamaron "elemental de deseos". Éste es una fuerza semi-inteligente que actúa a través de la naturaleza emocional del Hombre durante su vida, y que luego de la muerte causa un nuevo arreglo en la materia astral de la persona, asumiendo la "forma" de esferas concéntricas, organizadas de acuerdo al tipo de vibraciones de dicha materia.

modo mucho más simple que en el Hombre. La necesidad de reproducirse cuando llega la época de reproducción, la lucha por la supervivencia, la atracción hacia lo beneficioso y la repulsión por lo que causa dolor, son todas reacciones a una necesidad en el momento presente, y desaparecen tan pronto como la situación se termina:

> *El animal no sufre en el recuerdo y la imaginación, pues no siente el dolor pasado y futuro además del presente, como lo hace el Hombre.* (3)

En el Hombre, como veremos en el próximo capítulo, el cuarto Principio se asocia con *manas*, la mente, y cuando a las tendencias kámicas se les suman la capacidad de recordar, de planear, y de proyectarse hacia el futuro, se originan una serie de sentimientos como la sed de venganza, la glotonería, la envidia, o la ambición, que son desconocidos por el animal.

En las enseñanzas de la Dra. Besant se describe lo que se llama el "cuerpo emocional" o "cuerpo astral", que es el medio a través del cual se manifiestan las emociones y deseos en el Hombre. Debido a que en algunos escritos Teosóficos se ha usado la palabra *kāma-rūpa* para denominar al cuerpo emocional, el estudiante puede inferir que todas las emociones son kámicas. Pero esto es un error. *Kāma* no constituye la totalidad de la naturaleza emocional del ser humano, sino que representa solo su aspecto inferior. Como vimos, *kāma* es el origen de las pasiones groseras, los sentimientos egoístas y las tendencias agresivas. Pero en nosotros existe también otro tipo de emociones más sutiles, como el amor, la inspiración, la compasión, la simpatía, la aspiración espiritual, etc.; o deseos no completamente centrados en la personalidad, como el deseo de ayudar, de proteger, de tornarse más espiritual, etc. HPB consideraba que todos estos sentimientos sutiles tienen su origen en *manas-antahkarana* (como explicaremos más adelante), y

que las emociones espirituales son un reflejo en la personalidad de la acción de los Principios superiores. Por esta razón, se dice que el *nirmānakāya** destruye el Principio kámico, y sin embargo conserva los sentimientos de compasión, amor, etc.:

> *Como un* nirmānakāya*, sin embargo, el Hombre deja atrás solo su cuerpo físico y retiene todo otro "principio", salvo el kámico, porque él lo ha destruido para siempre de su naturaleza durante su vida, y ya nunca puede ser resucitado en el estado post-mortem.* (4)

En el hombre común, tanto las emociones y deseos animales (kámicos) como los espirituales se expresan a través del cuerpo emocional o astral. El *kāma* que describe HPB actúa a través de lo que Besant denomina "el astral inferior", mientras que las emociones más sutiles tienen lugar a través del "astral superior".

Aunque a menudo *kāma* impulsa al Hombre a sumergirse en la materialidad, este Principio cumple una importante función evolutiva. Combinándose con *prāna* (en lo que HPB llama *kāma-prāna*) actúa como una necesaria energía motora:

> *Debe recordarse que* kāma*, aunque forman parte de él las malas pasiones y emociones, y los instintos animales, sin embargo ayuda a evolucionar, aportando el deseo e impulso necesario para elevarse.… Por lo tanto, el estudiante debe aprender a dominar y purificar* kāma *hasta que su energía quede solo como poder motriz, y sea completamente dirigida por la voluntad Manásica.* (5)

La Voluntad y el Deseo

Un punto importante a examinar en relación con el deseo es

---

* *Nirmānakāya* es el Adepto que ha alcanzado el estado de *nirvāna* pero que ha renunciado a éste por compasión, ya que de entrar en él perdería contacto con la humanidad y no podría ayudarla en su evolución.

el de la *voluntad*. Tanto la voluntad como el deseo son un poder motriz que nos impulsa a hacer cosas. En la literatura Teosófica, a veces se habla de una Voluntad espiritual, superior al deseo, la cual es esencial para transitar el sendero de evolución. Ahora bien, esta Voluntad no es necesariamente lo mismo que lo que nosotros concebimos normalmente como voluntad. HPB y los *Mahātma*s, en sus escritos, suelen hablar de *kāma* como el centro de volición en el Hombre. J. Krishnamurti también afirmaba que la voluntad y el deseo no son distintos, y que "toda acción de la voluntad, del deseo, cultiva y fortalece el *yo*". En su escrito "Silencio y Voluntad" expresa que:

> *El camino hacia lo supremo no pasa a través de la voluntad, del deseo. Lo supremo solo puede surgir cuando el que hace el esfuerzo ya no está.… Cuando la mente, que está compuesta de deseo, llega a su fin; entonces en esa quietud.… surge la Realidad".* (6)

Sin embargo, el hecho de que la voluntad no sea el medio para dirigirse "hacia lo supremo", no implica que dicho viaje puede suceder por sí mismo, sin que el aspirante tenga que hacer nada al respecto. El mismo Krishnamurti decía que se requiere una gran dosis de energía, de "pasión", para generar las condiciones adecuadas para el advenimiento de la Realidad. ¿Cuál es el origen de esta energía? La literatura Teosófica plantea que existe una Voluntad espiritual distinta de la voluntad personal; una fuente de energía que está más allá del yo, más allá del deseo:

> *La Voluntad es posesión exclusiva del Hombre en éste, nuestro plano de conciencia. Ésta lo separa del bruto en quien solo el deseo instintivo está activo. El Deseo, en su más amplia aplicación, es la fuerza creativa en el universo. En este sentido es indistinguible de la Voluntad; pero nosotros, los Hombres, nunca conoceremos el Deseo bajo esta forma [impersonal] mientras permanezcamos siendo solo*

Hombres. Por lo tanto, la Voluntad y el deseo han de considerarse aquí como opuestos. Así, la Voluntad es la progenie de lo Divino, del Dios en el Hombre; el deseo es la fuerza motriz de la vida animal.

La mayoría de los Hombres viven en y por el deseo, tomándolo erróneamente por Voluntad. Pero aquél que quiera lograr la realización debe separar la Voluntad del deseo, y hacer a su Voluntad el gobernador; porque el deseo es inestable y siempre cambiante, mientras que la Voluntad es estable y constante. Tanto la Voluntad como el deseo son creadores absolutos, formando al Hombre mismo y a su entorno. Pero la Voluntad crea inteligentemente, y el deseo ciega e inconscientemente. El Hombre, por lo tanto, se hace a sí mismo a la imagen de sus deseos a menos que se cree a sí mismo a semejanza de lo Divino, a través de su Voluntad, el hijo de la luz.

Su tarea es doble: despertar a la Voluntad, fortalecerla por su uso y conquista, hacerla la absoluta rectora dentro de su cuerpo; y –paralelamente con esto– purificar el deseo. El conocimiento y la Voluntad son las herramientas para el logro de esta purificación. (7)

Aquí tenemos varios aspectos para examinar. En principio, HPB dice que una de nuestras tareas es despertar la Voluntad. Esto significa que en la mayoría de las personas la verdadera Voluntad espiritual aún no es activa, y por lo tanto es algo desconocido. Lo que generalmente se expresa en nuestra personalidad, y con lo que estamos más familiarizados, es el deseo, es decir, la voluntad del yo, o voluntad egocéntrica. Es importante ser conscientes de esto porque ambas fuerzas frecuentemente se confunden. Como dice HPB, "la mayoría de los Hombres viven en y por el deseo, tomándolo erróneamente por voluntad". Cuando esto sucede, se corre el riesgo de seguir

los dictados de los impulsos kámicos, suponiendo que se está desarrollando la Voluntad espiritual. Puede pasar que incluso el esfuerzo por desarrollarse espiritualmente no sea más que el resultado de la ambición o deseo personal. Cuando éste es el caso, no es posible hollar el sendero espiritual, pues como dijo Krishnamurti, la voluntad egocéntrica y el deseo cultivan y fortalecen el *yo*. Así pues, lo primero que debemos hacer es aprender a "separar la Voluntad del deseo". ¿Cómo podemos distinguirlos? Una clave puede estar en lo que HPB dice en referencia a que "el deseo es inestable y siempre cambiante, mientras que la Voluntad es estable y constante". La siguiente descripción de Krishnamurti puede arrojar algo de luz sobre este asunto:

> *Somos, al menos lo es la mayoría de nosotros, criaturas que nos caracterizamos por nuestros estados de ánimo y por la manera en que éstos varían. Pocos escapamos de ello.… Nos gusta este estado cambiante, pensamos que este movimiento del ánimo forma parte de la existencia.… Pero hay unos pocos que no están presos en este movimiento, que se hallan libres de la batalla del devenir, de modo tal que internamente existe una firmeza que no es producto de ninguna de estas actividades. Llega a uno únicamente cuando cesa la acción de la voluntad egocéntrica.… Esta voluntad es el centro personal de la opción, y en tanto exista esa voluntad, la mente solo puede funcionar dentro de hábitos, ya sean creados por ella misma o impuestos sobre ella. El verdadero problema es estar libres del ejercicio de la voluntad.… Cuando hay una percepción inteligente de todo esto, entonces ocurre el verdadero milagro, la cesación de la voluntad egocéntrica.* (8)

Los múltiples cambios de humor que la mayoría de nosotros experimenta, son la causa de que un día seamos personas con energía, y otros días apáticos, que en algunas ocasiones

tengamos fuerza para hacer un trabajo altruista y en otras seamos autocentrados. Sin embargo, es posible que nuestra conducta no esté determinada por esta inestabilidad, y que se logre una firmeza interna que no es producto de lo externo, o de la personalidad. Esto sucede con el despertar de la Voluntad espiritual, la cual es "estable y constante". Esta Voluntad impersonal puede comenzar a operar solo en la medida en que va cesando la voluntad egocéntrica o deseo, porque, como vimos, ambas fuerzas son opuestas. Algunas personas creen que si se quedaran sin el deseo, sin la ambición, vivirían en un estado vegetativo, y probablemente esto sea cierto para aquellos que no tienen una aspiración espiritual. Recordemos que *kāma* es una fuerza motriz comúnmente despertada por el deseo. Pero quienes están tratando de hollar el sendero espiritual pueden acceder a una fuente de energía mucho mayor, y que está a la espera de aparecer en cuanto le demos lugar. Y aquí llegamos a la segunda de las tareas que menciona HPB, que es la de purificar el deseo.

El Deseo Hecho Puro

En la cita anterior de Blavatsky se mencionó la importancia de purificar a *kāma* de modo que éste siga los dictados de *manas*, y no al revés. Ella dice que, si bien éste no es el estado normal de la humanidad en su ciclo evolutivo presente, sí lo es en las personas espiritualmente maduras. Refiriéndose a este tipo de personas, ella manifestó que:

> *El* kāma*, o Principio de la voluntad.… ya ha alcanzado aquel estadío de su evolución en el cual los actos automáticos, los instintos espontáneos y los impulsos de su niñez y juventud, en lugar de seguir los estímulos externos, se vuelven actos de la voluntad constantemente alineados con la mente (*manas*), haciendo así de cada Hombre en la tierra un agente libre, un ser totalmente responsable.* (9)

En una persona espiritualmente inmadura, los deseos o estados emocionales la impulsan a actuar de determinada manera, muchas veces impidiendo que ésta decida libremente cuál es la acción correcta. En este caso, la mente sigue los dictados del deseo, y emplea la inteligencia para encontrar medios para satisfacerlos. Por esta razón, cuando una persona no está involucrada emocionalmente en una situación dada, suele tener mayor claridad para determinar qué es lo que se debe hacer, y se siente internamente más libre para decidir y actuar en consecuencia. Así pues, es natural que el deseo se vea como el "tentador" que no nos permite hacer lo correcto, y se tienda a pensar que es inherentemente malo. Sin embargo, desde el punto de vista Teosófico, no existe nada esencialmente malo en la naturaleza. Lo que se manifiesta como "malo" es simplemente el resultado de la expresión inapropiada (limitada, excesiva, o fuera de lugar) de una fuerza o energía determinada. De hecho *kāma*, como todos los demás Principios, tiene un origen divino:

> Kāma *es un punto sumamente misterioso y metafísico.… Es el primer deseo universal consciente de bien y amor en general, y para todo cuanto vive y siente, y requiere protección y benevolencia; es el primer sentimiento de infinita y tierna compasión y piedad, que nació en la conciencia de la Fuerza creadora Única, luego que vino a la vida y ser como un rayo de lo Absoluto.** (10)

---

* Cuando nos referimos a procesos y Principios *universales* debemos esforzarnos por evitar antropomorfizar lo que se expresa. No pensemos que porque éstos se describen con palabras *humanas* como "deseo", "pensamiento", etc., se está haciendo referencia a sentimientos tal como se manifiestan en nuestros estados de conciencia habituales. Si bien existe una "correspondencia" entre lo humano y lo universal, cuando nos referimos a éste último debemos intentar captar tales ideas en los niveles más abstractos posibles.

El problema con *kāma* en el ser humano es que este sentimiento de atracción, afinidad, simpatía, o amor, se manifiesta a través de una conciencia limitada, separada. Cuando un ser humano egoísta experimenta estos sentimientos siente la necesidad de poseer el objeto de atracción. Él tratará de obtener tal objeto (o persona, o circunstancia) incluso si para lograrlo tiene que dañar a alguien. Así, vemos que un sentimiento originalmente bueno puede ser causa de mal y sufrimiento por expresarse en forma limitada, como deseo personal egoísta. ¿Cómo se resuelve este problema? Si uno considera al deseo como inherentemente malo, entonces no quedan muchas más opciones que luchar con él para reprimirlo o extirparlo. Pero la Filosofía Esotérica no recomienda este método. Si bien en la literatura Teosófica podemos encontrar frases tales como "reprimir la materia" y "matar el deseo personal", éstas se usan solo como una figura literaria.

Como dijimos, el problema no es el sentimiento en sí, sino *cómo se manifiesta*. Una clave para tratar con el deseo es, pues, expandir la esfera de nuestra conciencia. Supongamos que el mismo sentimiento de atracción o deseo por lo que se considera bueno tiene lugar en una persona cuya conciencia no está tan limitada a su "yo" separado, sino que siente genuino amor por su familia o por su nación. El individuo estará interesado en que el grupo al que él ama obtenga aquello que es deseable, sin importar si para ello tiene que sacrificar su propio confort, o incluso su vida, como en el caso de quien va a una guerra defendiendo un ideal. La conciencia de este individuo ya no se limita solo a su persona, sino que es más universal. Sin embargo, en estas acciones sigue habiendo un grado de egoísmo, ya que esta persona estará dispuesta a luchar contra otras familias o naciones para obtener lo que desea para la suya.

Ahora bien, si la conciencia está identificada con el Todo (como en el caso de un *Mahātma*), y no con una parcialidad

dada, entonces ese mismo sentimiento de afinidad se manifiesta como un *amor puro* que busca solo aquello que es bueno para el Todo. Dado que su sentimiento de amor no tiene límites, la persona sabia y compasiva no está dispuesta a dañar una de las partes para beneficiar a otra.

A través de esta pequeña reflexión podemos ver que el grado de expansión de la conciencia o, en otras palabras, la capacidad de percibir la realidad de la Unidad, es lo que corrige el problema del deseo personal. De hecho, el objetivo de nuestro actual ciclo de evolución, denominado la "cuarta Ronda" en la literatura Teosófica, es el de universalizar *kāma*, así como el de la próxima Ronda será el de universalizar *manas*, el quinto Principio.

Sería un error pensar que el aspirante espiritual no debe tener sentimientos. Por el contrario, es necesario tener una naturaleza emocional sana y amplia. Según T. Subba Row, un importante Teósofo y ocultista de los primeros tiempos de la ST, el genuino deseo por colaborar con la regeneración de toda la humanidad es una pieza clave para hollar a salvo el sendero oculto de desarrollo espiritual:

> *Este sendero es eminentemente peligroso para aquellos que no poseen el talismán que les asegura protección. Este talismán es una devoción perfectamente inegoísta (con renuncia y disolución del yo) por el bienestar religioso de la humanidad; una auto-abnegación que no es temporal, sino que debe persistir por siempre, y cuyo objeto es la iluminación religiosa de la raza humana. Sin este talismán, aunque el chela* haya progresado rápidamente durante un tiempo, llegará un momento en el cual su avance ascendente se detendrá y se expresará su verdadero valor moral.* (11)

---

* *Chela* es una palabra derivada del sánscrito que generalmente se traduce como "discípulo", y se usa como una denominación para el aspirante espiritual que está en contacto con un *Mahātma*.

Si se trabaja correctamente en la purificación del deseo personal, en lugar de meramente reprimirlo, con su debilitamiento va surgiendo un profundo interés y sentido de responsabilidad por la regeneración de los seres humanos y el bienestar de todas las criaturas. Si dentro del aspirante no va surgiendo esa devoción por el bien común, entonces no está teniendo lugar el proceso de universalización de *kāma*. Recordemos que éste se manifiesta como un "*deseo universal* consciente de bien y amor en general, para todo cuanto vive y siente, y requiere protección y benevolencia.… un sentimiento de infinita y tierna compasión".

Además del intento por percibir la unidad y expandir nuestra conciencia, debemos trabajar también en la espiritualización de nuestros objetos de deseo:

> *Cuando el deseo es por lo puramente abstracto –cuando ha perdido toda traza o tinte del "yo"– entonces se ha hecho puro. El primer paso hacia esta pureza es matar el deseo por cosas materiales, ya que éstas solo pueden ser disfrutadas por la personalidad separada. Lo segundo es la cesación del deseo para uno mismo, incluso de abstracciones tales como poder, conocimiento, amor, felicidad, o fama; porque, después de todo, esto no es sino egoísmo.*
>
> *La vida misma enseña esas lecciones; porque todos esos objetos de deseo encuentran el fruto del Mar de la Muerte cuando son obtenidos. Mucho de esto lo aprendemos de la experiencia. La percepción intuitiva comprende la verdad de que la satisfacción es alcanzable solo en lo que es Infinito; la voluntad hace a esa convicción un hecho verdadero para la conciencia, hasta que por fin todo deseo es centrado en lo Eterno.* (12)

En este proceso progresivo de purificación, HPB menciona primero el deseo por cosas materiales, que satisfacen los aspectos

más concretos de la personalidad separada. Todos tenemos ciertas necesidades físicas y materiales que son genuinas, pero el problema es que nuestra cultura está constantemente creando nuevas "necesidades". Es importante ir tornando nuestra vida tan simple como sea posible y práctico. Para la mayoría de las personas no es posible ser un asceta, y tampoco es necesario, porque uno puede estar apegado incluso a pocas posesiones. Sin embargo, el llevar una vida razonablemente simple resulta en mayor orden y armonía para nuestros cuerpos, el medioambiente, nuestras emociones y pensamientos.

El segundo aspecto de este proceso de purificación involucra el trabajo sobre los deseos por cosas más subjetivas, tales como el deseo de poder, de conocimiento, de felicidad personal, etc. Aun cuando se haya trascendido en gran parte la búsqueda de objetos materiales como fuentes de satisfacción, la persona puede estar transfiriendo su actitud adquisitiva hacia el nivel psicológico. En este contexto, incluso el sendero espiritual se ve como una cuestión acumulativa: acumular virtud, conocimiento, poder, etc.

Es claro que para funcionar sanamente todos necesitamos en nuestra vida cierta armonía, paz, felicidad y amor. Lo que se plantea aquí es que éstos no se conseguirán a través de la búsqueda de satisfacción de los deseos personales, porque tal búsqueda está centrada en el *yo*, y el *yo* es en sí la fuente de insatisfacción y conflicto. El verdadero estado de satisfacción aparece a medida que tiene lugar una desidentificación con la personalidad, lo cual permite la realización de lo eterno e infinito. Pero en tanto estemos esclavizados al goce que los objetos físicos o psicológicos producen en los Principios inferiores, estaremos reforzando la identificación de nuestra conciencia con la personalidad.

¿Cómo se trabaja entonces en la purificación de tales deseos? Gran parte del trabajo se da a través de la experiencia de la

vida, del aprender las lecciones de este gran maestro que todos tenemos. Pero para aprender de lo que nos sucede, de modo que las experiencias nos ayuden a liberarnos de la ignorancia, es necesario que vivamos de la manera correcta. Debemos vivir con una mente abierta, profunda, dispuesta a enfrentar los desafíos, evitando la tendencia a autoprotegerse y a resistirse a lo que no es placentero. En otras palabras, debemos cultivar un espíritu de investigación e indagación para descubrir la enseñanza que hay detrás de cada experiencia, sea ésta placentera o dolorosa.

La cita anterior describe que la eliminación del deseo por lo inferior y perecedero se da como resultado de *la percepción intuitiva que comprende la verdad*, y ésta es la base del trabajo teosófico: no es a través de la ciega represión y lucha como se puede trascender lo inferior, sino por medio de una inteligente y profunda comprensión. El punto de vista Teosófico es que el origen del mal es la ignorancia, y que por lo tanto solo la sabiduría puede restablecer el bien. Obviamente, con las palabras "sabiduría" e "ignorancia" no nos referimos a un mero conocimiento intelectual o a su ausencia, sino a una profunda percepción de la verdad.

Otro elemento esencial en este proceso de purificación es el autoconocimiento, el cual nos permite percibir y comprender cómo funciona el deseo. Para esto, tal como lo explica J. Krishnamurti, tenemos que ponernos en contacto con nuestro mundo interno; tenemos que observar el deseo, cómo surge, cómo se desarrolla, cómo reaccionamos a él… observar todo con una atención silenciosa, de un modo ecuánime, sin justificar o condenar lo que vemos. Esta actitud es importante, porque si justificamos el deseo estamos excusándonos para continuar teniéndolo. Pero si lo consideramos como algo malo y lo condenamos, no tendremos la oportunidad de observarlo objetivamente, sin reacción, porque nuestra tendencia natural será a rechazarlo. Para comprender lo que sucede en nuestro

interior tenemos que observar atentamente, como espectadores desapegados. En esta actitud, la comprensión que se genera no es meramente intelectual. Es una comprensión intuitiva nacida del contacto entre *manas* y *buddhi*, como veremos en detalle en el próximo capítulo. Así, a medida que realmente percibimos lo que sucede, la luz misma de la verdad disuelve el error y nos libera de éste; porque, como dijo Jesús, "Solo la Verdad los hará libres".

Finalmente, como producto de la profunda comprensión de que "la satisfacción es alcanzable solo en lo que es Infinito", el proceso de purificación culmina y "todo deseo es centrado en lo Eterno". El libro *Luz en el Sendero* nos dice:

> *Aprende desde ahora que no hay cura para el deseo, que no hay cura para el afán de recompensa, que no hay cura para la aflicción del anhelo, sino fijando la vista y la audición en aquello que es invisible e inaudible. Comienza a practicarlo desde ahora, y de este modo alejarás de tu camino mil serpientes. Vive en lo Eterno.* (13)

Poner la mirada en lo Eterno es la forma de disolver la raíz del deseo egoísta, y no solo sus diversas manifestaciones. Vamos a explorar a continuación tres formas de llevar a cabo esta práctica: *a)* Manteniendo la mente en cosas de importancia universal e impersonal, *b)* Reflexionando sobre lo transitorio desde el trasfondo de lo Eterno, *c)* Situando la conciencia más allá del pensamiento.

a) Mantener la mente en cosas de importancia universal e impersonal.

> *El mejor remedio para el mal no es reprimir, sino eliminar el deseo; y esto puede cumplirse con mayor eficacia manteniendo la mente de continuo fija en las cosas divinas.* (14)

Parte del entrenamiento espiritual involucra el aprender

a considerar la vida desde el punto de vista más elevado e impersonal que podamos. La capacidad de percibir algo depende de la práctica. Un pintor, habituado a trabajar con colores, desarrolla una habilidad para distinguir diferentes tonalidades que a personas comunes se les pasan por alto. Del mismo modo, a medida que hacemos el esfuerzo por percibir la vida desde un punto de vista espiritual, vamos adquiriendo la sensibilidad necesaria para captar el aspecto más elevado de la existencia y de las circunstancias que nos toca vivir, aspecto que usualmente permanece oculto para la conciencia no entrenada:

> *El pensamiento tiene potencia reproductiva, y cuando la mente se posa en una idea, queda coloreada por ésta, y todas las demás ideas, asociadas con la principal, brotan entonces de la mente. Por esta razón el místico acaba por conocer todo objeto en el que constantemente piensa con detenida contemplación; y así dijo Krishna con mucho acierto: "Piensa constantemente en mí. Confía solo en mí, y con seguridad llegarás a mí".* (15)

El estudio de literatura espiritual seria, la reflexión sobre estos temas, y la práctica de la meditación, ayudan a ir generando la capacidad para percibir las verdades espirituales. A medida que esto ocurre, va surgiendo un genuino interés por cosas de importancia universal, de modo que los deseos personales van perdiendo fuerza naturalmente. En otras palabras, los deseos por cosas inferiores van muriendo porque los dejamos de alimentar.

Ahora bien, este ejercicio no se reduce solo al estudio y la meditación. "Mantener la mente de continuo fija en las cosas divinas" no significa que uno debería aislarse y meditar todo el día, o negarse a enfrentar las dificultades que surgen en nuestra vida diaria, escapando hacia un mundo "espiritual" imaginario. Tampoco significa que uno debe dejar de prestar atención o descuidar sus tareas cotidianas. Desde el punto de vista Teosófico se considera que lo divino es la esencia de todo, y por

lo tanto "las cosas divinas" existen *ocultas* en lo cotidiano. Por ejemplo, al relacionarnos con una persona, deberíamos tratar de percibir, no solo lo que se manifiesta externamente, sino también aquello que está *por detrás*. Supongamos el caso de una persona que está siendo agresiva. Si prestamos atención sin reaccionar, podemos percibir que en ella se están manifestando emociones tales como temor, ansiedad, e inseguridad, las cuales también habitan en nosotros en distintas formas. Entonces reconocemos que lo que esta persona está haciendo, básicamente, es intentar alejarse del dolor que está sintiendo. Eventualmente, puede surgir una comprensión genuina de que estamos frente a un ser humano igual que nosotros, y que es incapaz de reaccionar ante la situación de un modo más maduro. Con tal comprensión surge la posibilidad de percibir desde un nivel en donde existe una comunión con el verdadero Ser en todos.*

Lo mismo puede ser dicho con respecto a las situaciones que debemos afrontar, como por ejemplo, una situación de injusticia en nuestra vida. En lugar de sentir autocompasión, podemos tratar de considerar qué es lo que ésta nos revela, qué nos está enseñando el orden divino que hay por detrás de todas las cosas. Si formulamos preguntas como: ¿Qué me está mostrando esta situación? ¿Cómo me estoy relacionando con ella? ¿Cuál es el origen de mis reacciones? y luego nos mantenemos en silencio, atentos, observando nuestro interior, puede que vayamos percibiendo cosas que no son el producto de nuestras propias ideas. Sin embargo, en ciertas ocasiones, el sufrimiento tiene principalmente un rol purificador. Existen circunstancias en las que no hay mucho que podamos hacer o

---

* Esto, sin embargo, no significa que debemos justificar o alentar un acto que es erróneo. Aquí estamos considerando cuál debería ser nuestra actitud interna, independientemente de cuál sea la acción correcta necesaria en lo externo.

aprender, y que simplemente tenemos que aceptarlas. En estos casos podemos tratar de desarrollar una actitud de humildad, dejando que la sabiduría de la vida haga su trabajo. Con esto estaremos siguiendo el ejemplo de Jesús quien, al enfrentar su hora más difícil, oró: "Que no se haga mi voluntad sino la tuya".

Es normal que no resulte fácil proceder de la manera descrita. Pero uno no debe desalentarse, puesto que hacer el sincero intento, incluso si no se tiene éxito, va produciendo una maduración en el aspirante que irá dando sus frutos en diversos aspectos de la vida.

b) Reflexionar sobre lo transitorio desde el trasfondo de lo eterno.

En el libro *Ocultismo Práctico* se recomienda: "Reflexionad noche y día sobre la irrealidad de cuanto os rodea y de vuestra misma personalidad". (16) Cuando en Teosofía se dice que algo es irreal, se lo hace desde un punto de vista metafísico, no empírico. Así, en la frase citada, no se duda de la existencia de la personalidad, sino que se señala su naturaleza temporal.

La teoría de la reencarnación, tal como la explica la Teosofía, postula que nuestro Ser espiritual estuvo encarnado en una personalidad distinta en la vida anterior, es decir, en una persona con un cuerpo y nombre diferente, tal vez con otro sexo, nacida en otro país, etc. Aunque el Ser espiritual en las distintas encarnaciones es el mismo, la personalidad anterior ya no existe, y nuestra personalidad actual tampoco existirá en el futuro. Así, identificarnos con nuestro cuerpo, gustos, aversiones y deseos personales, es aferrarnos a algo que en realidad no somos, que desaparecerá pronto.

Pero incluso si nos enfocamos en la presente encarnación, al llevar a cabo un examen de nuestra personalidad descubriremos que ésta está en constante cambio. Observemos, por ejemplo, nuestros deseos. En cierto momento sentimos la necesidad de

tener algún objeto y lo deseamos con todas nuestras fuerzas. Pero tras haberlo obtenido, descubrimos que al cabo de un tiempo ya no nos ofrece satisfacción. Entonces vamos impulsados por otro deseo de obtener un nuevo objeto que ahora sí, creemos, nos dará verdadera satisfacción. Pero la experiencia es la misma. Así, aunque hagamos grandes sacrificios de tiempo, energía, dinero, etc., para lograr algo que creemos necesario, siempre experimentaremos que el sentimiento de necesitarlo es pasajero, y que tarde o temprano aparecerá una nueva "necesidad".

Dado que esta impermanencia y cambio constante es la naturaleza intrínseca, no solo del deseo, sino de la vida en los planos materiales, muchas personas se conforman con esto, creyendo que no existe otra opción. Pero es claro que cuando uno vive siendo víctima de los deseos cambiantes es muy difícil mantener un equilibrio interno, y los sentimientos son constantemente perturbados por las circunstancias externas.

Vivir siendo conscientes de la transitoriedad de las cosas es una práctica espiritual importante. Aunque esta idea puede generar en algunas personas una sensación de vacío, temor, o tristeza, la práctica que se propone aquí no implica la adopción de una actitud pesimista o nihilista, como puede aparecer a primera vista. Uno debe considerar que todo es impermanente *en este plano*; pero que nuestro verdadero Ser, que está más allá del cuerpo, emociones y pensamientos, es *uno* con lo Real.

Además, el hecho de ser conscientes de la transitoriedad de las cosas no nos impide gozar de los momentos gratos, de una rica comida, de un objeto que nos guste, de la compañía de alguien que amamos. De hecho, estos momentos adquieren una dimensión nueva, porque, al disfrutarlos con desapego, sin tratar de retenerlos, no se generan ansiedades o temores; simplemente disfrutamos el presente sin preocuparnos por cuánto va a durar, o cuándo se van a repetir tales momentos. La correcta práctica de este ejercicio va liberando la conciencia de las emociones

perturbadoras, y a medida que dejamos de estar atrapados por lo transitorio comenzamos a percibir aquello que es Eterno. Entonces descubrimos que existe la posibilidad de ponernos en contacto con algo mucho más profundo, con un sentido de plenitud y felicidad que no es producido por una situación en particular, sino que está siempre en el trasfondo de la conciencia, tanto en los momentos agradables como en los desagradables.

En el ejercicio que proponemos hacia el final de este capítulo daremos un ejemplo específico de cómo se puede llevar a cabo esta práctica.

c) Situar la conciencia más allá del pensamiento.

Los ejercicios anteriores nos ayudan a comprender nuestros deseos y apegos, y a purificar nuestra naturaleza, preparándola para percibir realidades más sutiles. Pero en cierto punto debemos trascender incluso el proceso del pensamiento. J. Krishnamurti, siendo un expositor contemporáneo de lo que podríamos llamar *misticismo teosófico*, trabajó mucho sobre este aspecto de la vida espiritual. Él dijo en cierta ocasión: "Hemos usado el pensamiento para descubrir la Verdad. Pero la Verdad solo puede descubrirse cuando la mente está por completo quieta". Como veremos en el próximo capítulo, la mente inferior funciona en el campo de lo concreto, objetivo y condicionado. Por eso, para poder captar aquello que es Eterno, esta mente debe permanecer en silencio. Según Krishnamurti: "Una mente que es silenciosa, que está en calma y en intensidad, descubre un estado que no está limitado por el tiempo y el espacio". La forma de abrir la puerta a este tipo de percepción es por medio de la atención: "El pensamiento es tiempo, pero si usted presta completa atención a algo, entonces el pensamiento no interviene y, por lo tanto, puede haber una percepción directa, instantánea". De esta forma Krishnamurti explica que cuando estamos completamente atentos, el pensamiento se silencia, y entonces puede haber una

percepción espiritual. Ésta tiene un efecto purificador sobre la personalidad y sus deseos, porque lo que actúa aquí no es el *yo*, sino lo Eterno; aquello "que no está limitado por el tiempo y el espacio".

Ejercicio: Observar la impermanencia del deseo y de su satisfacción.

Ya hemos dado varios ejemplos sobre modos de actuar para purificar el deseo personal, y sería recomendable que cada uno pudiera generar su propia práctica a partir de los elementos provistos. A modo de ejemplo ofrecemos el siguiente ejercicio, tal como se explica en el libro *Ocultismo Práctico*:

> *Come solo cuando tengas hambre, y bebe cuando tengas sed, y nunca de otra manera. Si algún manjar particular atrae tu paladar, no te permitas ser seducido por él tan solo para satisfacer el gusto. Recuerda que el placer que de ellos obtengas no existía algunos segundos antes, y cesará de existir algunos segundos después, porque es un placer transitorio que se tornará en dolor si te rindes a la gula. Considera que aquello solo da placer a la lengua, y si te dejas seducir por aquel manjar y te conturba el ansia de saborearlo, no te avergonzarás de cometer cualquier acción, para obtenerlo. Repara en que hay otras cosas que pueden darte felicidad eterna; y, por la tanto, es evidente locura concentrar tus afectos en las transitorias. Advierte que tú no eres el cuerpo ni los sentidos; y por consiguiente no pueden afectarte realmente los placeres y dolores que el cuerpo goce o padezca. Practica la misma serie de razonamientos en el caso de cualquier otra tentación; y aunque a menudo fracases, acabarás por lograr éxito seguro.* (17)

En este ejercicio, el objetivo no es luchar contra el deseo y reprimirlo, o repetir un razonamiento tratando de intelectualizar

una comprensión que en realidad no tenemos. Lo que se intenta es estimular un trabajo de auto-observación, de investigación *in vivo*. Para esto es necesario vivenciar lo que el texto describe, porque, al hacerlo, podemos *ver de manera directa la verdad* del asunto, y no solo su lógica desde el punto de vista intelectual.

Así, supongamos que tenemos un fuerte deseo de comer una porción de torta, pero no queremos o no deberíamos hacerlo. Primero, observemos la sensación física del estómago: ¿Qué sensación hay? ¿Está vacío, está lleno? ¿Hay una sensación de hambre o no? Luego observemos la sensación emocional: ¿Hay ansiedad? ¿Hay una necesidad de sentir placer? Prestemos atención al deseo, miremos en qué nivel de nuestro ser se origina, y quedémonos en contacto con la sensación de desear, observándola. Entonces reflexionemos como aconseja el texto. Si esto no es suficiente para disolver el deseo, lo que podemos hacer, en lugar de meramente reprimir el impulso, es comer la porción de torta, pero con plena conciencia de todo el proceso. Tomemos la porción y comámosla del modo más consciente posible, tanto de los movimientos del masticar como de las sensaciones físicas y emocionales que surgen. Al terminar de comerla observemos el efecto. ¿Cómo se encuentra el estómago? Si existe una sensación de malestar por haber comido de más, sería bueno, dentro de lo posible, tratar de no silenciarla con un analgésico. Simplemente observemos la sensación de malestar. Esto, de por sí, tiene un efecto muy instructivo, porque si prestamos atención al placer pero no observamos las consecuencias dolorosas, probablemente volveremos a caer en la misma conducta una y otra vez. Independientemente de si hay o no sensación de malestar, uno debería prestar atención al hecho de que el placer que dio el comer la porción de torta duró solo unos minutos, y que ahora estamos como al principio, en lo que a la sensación placentera respecta.

Referencias

1- HPB, *La Doctrina Secreta* (*DS*), Tomo IV, Sección XI, "A. Saptaparna", p. 159.

2- *DS* VI, Apunte III, "Sobre los Principios y Aspectos", nota al pie, pp. 132-3.

3- HPB, *Collected Writings* (*CW*) XII, Instruction IV, "Lokas", p. 671.

4- HPB *et al.*, *Glosario Teosófico* (*GT*), "Nirmānakāya", p. 480.

5- *CW* XII, Instruction V, "Kāma and Kāma-Rūpa", pp. 708-9.

6- J. Krishnamurti, *Comentarios sobre el Vivir*, Primera Serie, "Silencio y Voluntad", p. 196.

7- *CW* VIII, "Will and Desire", p. 109.

8- Pupul Jayakar, *Krishnamurti: Biografia*, cap. XXIII, "Afortunado el Hombre que Nada Es", p. 130.

9- *CW* V, "Reply to an English F. T. S." p. 144.

10- *GT*, "Kāma-Deva", p. 316.

11- T. Subba Row, *Consciencia e Inmortalidad*, "Ocultismo en el Sur de la India", p. 119.

12- *CW* VIII, "Desire Made Pure", p. 129.

13- Mabel Collins, *Luz en el Sendero*, "Karma", pp. 94-95.

14- HPB, *Ocultismo Práctico* (*OP*), "Insinuaciones Prácticas para la Vida Diaria", III, p. 42.

15- *OP*, "Insinuaciones Prácticas para la Vida Diaria", V, p. 50.

16- *OP*, "Insinuaciones Prácticas para la Vida Diaria", VI, p. 52.

17- *OP*, "Insinuaciones Prácticas para la Vida Diaria", I, p. 37.

Capítulo 5

El Principio Mental o Alma Humana (Manas)

Los Principios que hemos examinado hasta el momento son compartidos tanto por el hombre como por el reino animal. Sin embargo, los seres humanos exhiben una importante facultad que los distingue de los animales: su capacidad de razonar. El elemento responsable por esta facultad es *manas*, el Principio mental.

El término sánscrito *manas* significa "la facultad de pensar". Este Principio, siendo clave en la constitución del ser humano, es de alta complejidad. HPB decía que su naturaleza es "misteriosa, fuera de todo alcance, casi confusa en sus correlaciones con los demás Principios, es muy difícil de comprender y más aún de explicar". (1) Comencemos, pues, por examinar su origen.

La literatura Teosófica plantea que *manas* es un "rayo" de la mente universal (*mahat*, en sánscrito). En su artículo "La Mente Kósmica", HPB utiliza un escrito del famoso fisiólogo ruso, el Dr. Pirogoff, como una buena descripción de la inteligencia que dirige y organiza la extraordinaria complejidad de la vida:

> *Nuestra razón debe aceptar, en toda necesidad, una Mente infinita y eterna que rige y gobierna el océano de la vida.… El pensamiento y la ideación creativa, en plena armonía con las leyes de unidad y causación, se manifiestan nítidamente en la vida universal.… La sustancia, gobernada y dirigida por el principio vital, se organiza en ciertos tipos, según un plan general definido.* (2)

Los estudios científicos actuales revelan cuán extraordinario es el universo, cuán preciso y delicado es el equilibrio en que éste

se desarrolla. ¿Cuál es el poder que dirige tan vasto y complejo cosmos? Al considerar esta cuestión, la cultura occidental contemporánea típicamente ofrece dos respuestas alternativas: *a)* la religiosa, que sostiene que el universo está regido por una entidad superior al Hombre la que, de ser necesario, puede intervenir e interferir en las leyes naturales que lo gobiernan; y *b)* la posición científica, que considera al universo como una máquina, regido por leyes mecánicas, y que por lo tanto no hay necesidad ni espacio para la existencia de una inteligencia universal y rectora.*

Aunque la Ciencia asegura que todo fenómeno en el universo puede ser descrito a través de sus métodos, hay muchas cosas difíciles de explicar cuando dejamos todo en manos de leyes mecánicas y del ciego azar. Por ejemplo, de acuerdo con las teorías científicas, las probabilidades de que se dieran en forma coordinada todas las condiciones y reacciones necesarias para generar un organismo vivo en nuestro planeta, son extremadamente bajas. Así, los científicos se ven obligados a declarar que la aparición de vida sobre la Tierra es casi como un milagro.

La literatura Teosófica postula la existencia de una inteligencia universal superior a la del ser humano. Sin embargo, a diferencia de la visión de las principales religiones occidentales, en Teosofía no se considera a esta mente universal como una deidad creadora separada de la creación, y con atributos psicológicos semejantes a los que experimentan los seres humanos. La mente universal es, más bien, una inteligencia impersonal, no antropomórfica, que interpenetra y anima todo, pero que al mismo tiempo lo trasciende. Tampoco se considera

---

* Aunque la mecánica cuántica está desafiando algunos aspectos de este último concepto, el paradigma científico de la física clásica es todavía dominante, tanto dentro de la comunidad científica como en la sociedad en general.

que dicha inteligencia pueda intervenir en el cosmos de manera sobrenatural. Ésta se manifiesta a través de lo que llamamos las leyes de la naturaleza, las cuales, lejos de ser mecánicas, están constantemente trabajando "en forma inteligente" para la culminación de un propósito último.*

Dado que la mente universal lo penetra todo, cada parte del cosmos –desde el átomo hasta la galaxia– está dotada de cierto grado de inteligencia. En el Hombre, ésta se manifiesta como lo que llamamos inteligencia humana; y en el animal, como instinto. Incluso las plantas y minerales expresan una forma de inteligencia, pero que es difícil de comprender para la mayoría de nosotros. Así pues, detrás de todo lo que sucede en el universo, existen un orden y dirección que no son impuestos desde afuera, sino que son parte inherente de la naturaleza de las cosas, porque el cosmos mismo es ordenado e inteligente. Como podemos apreciar, la filosofía Teosófica presenta una síntesis de las visiones científica y religiosa, siendo, sin embargo, distinta de ambas.

Pasemos ahora a examinar *manas*, que es el reflejo de la mente universal en el Hombre. Este Principio tiene una naturaleza doble: en su propio plano es un Principio espiritual, usualmente denominado *manas* superior; pero en cada nueva encarnación emana una parte de sí hacia los mundos inferiores para dotar de mente a la personalidad terrena. Esta emanación se denomina *manas* inferior. Comenzaremos tratando este Principio en su aspecto espiritual.

---

* En realidad, la clase de inteligencia de la que estamos hablando no puede describirse por medio de palabras, y ni siquiera puede ser captada por nuestra conciencia cerebral, porque está más allá de su alcance. Por esta razón, debemos ser cuidadosos para no formar ideas demasiado rígidas acerca de la mente universal. Su verdadera naturaleza puede ser comprendida solo por medio de los sentidos espirituales.

Manas Superior

Lo primero que debemos mencionar es que *manas*, en su propio plano, no es meramente un Principio de conciencia. Es también una entidad espiritual:

> Manas*: literalmente, "la mente", la facultad mental que hace del Hombre un ser inteligente y moral, y le distingue del bruto.… Esotéricamente, sin embargo, cuando no está especificado, significa el Ego Superior, o sea el Principio sensitivo que se reencarna en el Hombre.* (3)
>
> *Ésta es la verdadera Individualidad, o el Hombre divino. Este Ego es el que –habiéndose encarnado originalmente en la forma humana sin entendimiento, la cual estaba animada por la presencia en sí de la Mónada dual, pero era inconsciente de ella (ya que no tenía conciencia)– hizo de esta forma, humana en apariencia, un verdadero Hombre. Este Ego es aquel "Cuerpo Causal" que cobija a cada personalidad en que Karma lo obliga a encarnarse.* (4)

El paso evolutivo desde el reino animal al humano involucra la formación de un Ego que constituye el alma individual de cada persona.* Este Ego o Individualidad mora en el plano mental superior, en lo que se denomina el *cuerpo causal*. Si bien la personalidad, constituida por los cuatro Principios inferiores, es mortal, el Ego está más allá del ciclo de vida y muerte, siendo éste la entidad permanente que reencarna en las diversas personalidades.

Ahora bien, ¿qué clase de conciencia tiene el Ego en su propio plano? Aunque decimos que *manas* es el Principio mental, su naturaleza original trasciende lo que concebimos como mente.

---

* En la literatura Teosófica, nuestra alma individual se denomina el "ego superior", o simplemente el "Ego", por las razones dadas en la nota al pie en la cita 5 de la *Introducción*.

De hecho, nuestra mente es solo el reflejo sombrío de este Principio espiritual, cuando funciona a través del cerebro:

> *En los pensamientos del Hombre real, o la "Individualidad" inmortal, las imágenes y visiones del Pasado y Futuro son como el Presente; y sus pensamientos no son como los nuestros, imágenes subjetivas en nuestra cerebración, sino actos y acciones vivientes, realidades.* (5)

"La cualidad humana de pensar" es una manifestación de la mente inferior; una facultad finita, confinada a ciertas leyes de pensamiento y a otras limitaciones inherentes. Por ejemplo, el pensamiento no puede funcionar más allá de los conceptos de espacio y tiempo. Tampoco es capaz de captar la naturaleza esencial de las cosas. El pensar es simplemente un modo de ordenar nuestras percepciones, basado en las "apariencias" que nos transmiten los sentidos y que son retenidas por la memoria. Pero la experiencia del Ego es completamente distinta. En el plano mental superior, pensar es crear, actuar y ponerse en contacto directo con la esencia de lo que se percibe. El tipo de conciencia del Ego está, por supuesto, más allá de la comprensión del pensamiento.

Otro aspecto clave de *manas* es el de ser la fuente de *autoconciencia*, es decir, la capacidad de reconocerse a sí mismo como centro de conciencia:

> Manas *superior [es] el fruto intelectual y la florescencia del Egotismo intelectual autoconsciente –en el sentido espiritual superior.* (6)

Aquí, nuevamente, debemos ser cuidadosos de no asociar la idea de autoconciencia tal como se expresa en los planos inferiores, con la que existe al nivel del Ego. Los términos "autoconciencia" o "egotismo" no están haciendo referencia al sentido de ser conscientes de nuestra personalidad o de nuestro

yo psicológico, sino que, como Blavatsky señala, están siendo utilizados en un "sentido espiritual superior". Exploremos esto en mayor detalle.

En cada uno de nosotros hay un sentido de identidad que es constante. A pesar de que nuestros cuerpos, emociones y pensamientos están cambiando continuamente, todos sentimos que seguimos siendo "nosotros mismos", es decir, que tales cambios le ocurren a algo más permanente que existe en nosotros.

Al examinar este sentido de identidad vemos que está fuertemente basado en nuestro aspecto mental. Es a través de la mente que nos reconocemos a nosotros mismos y decimos "yo soy yo y ninguna otra persona". Por otro lado, este sentido de identidad es sostenido por la memoria. Esta facultad, uniendo todas las experiencias pasadas con el presente, juega un importante rol en mantener el sentimiento de que somos la misma entidad durante los diferentes estadíos de la vida, a pesar de los muchos cambios que ocurren. De hecho, cuando una persona pierde su memoria, también pierde su identidad: ya no puede recordar quién es. Sin embargo, incluso en casos extremos, hay algo que siempre permanece: la persona puede no saber quién es, pero sabe *que ella es*. Vemos entonces que hay un *sentido de ser*, de existir, que va más allá del sentido de identidad.

El filósofo Descartes, en su búsqueda de algo que se pudiera sostener como verdadero sin ninguna duda, confundió este sentimiento de *ser* con el pensamiento, y concluyó que el único conocimiento indudable era que él es "un algo pensante". De allí su famosa frase: "Pienso, por lo tanto existo". Pero si profundizamos en nuestra auto-investigación y vamos más allá del nivel del pensamiento; si somos capaces de observar nuestra mente en meditación cuando está completamente silenciosa, o cuando contemplamos algo con profunda atención, entonces

podremos descubrir que hay un conocimiento o intuición no-conceptual, un sentimiento de "yo soy", "yo existo", incluso cuando no hay pensamientos o palabras que lo verbalicen. Éste es un sentimiento abstracto, no formulado, difícil de percibir, que impregna los diferentes niveles de nuestra personalidad, y los transciende.

En la mayoría de nosotros, este sentimiento puro de "yo-soy-dad" se identifica con los vehículos de conciencia: con el nombre, el cuerpo, los pensamientos y las emociones. Y cuando esto sucede, ya no hay un sentido de ser, puro y simple, sin limitaciones. Ahora decimos: "Yo soy… *esta persona* con este nombre y estas cualidades particulares". Entonces, surge el sentido de identidad. Pero la autoconciencia del *manas superior* es el puro sentido de ser, de existir, que no está limitado a, o condicionado por, nuestras características personales.

Manas Inferior

Dado que *manas* en su plano es un Principio espiritual, no puede expresarse completamente a través de la personalidad. Como escribió HPB:

> *En su aspecto puramente metafísico,* manas*, siendo un traslado de* buddhi *hacia el plano inferior, es aún tan inmensamente superior al Hombre físico que no puede entrar en relación directa con la personalidad, excepto a través de su reflejo, la mente inferior.* (7)

Como hemos señalado, la mente inferior es un limitado reflejo de *manas* superior. Por eso se dice que, al encarnar, el Ego envía solo un "rayo" de sí para tomar contacto con la personalidad:

> Manas *es, por así decir, un globo de Luz Divina, pura, un Rayo del Alma del Mundo, una unidad proveniente de una esfera superior, en la cual no hay diferenciación. Al descender a un plano de diferenciación emana un Rayo, que es*

> *parte de sí mismo, y que solo puede manifestarse a través de la personalidad ya diferenciada. Este Rayo es el* manas *inferior, mientras que el globo de Luz Divina.… es el Ego superior o* manas *superior, el* manas *propiamente dicho. Pero nunca debe olvidarse que el* manas *inferior es, en su esencia, lo mismo que el superior.* (8)

La mente inferior y la superior son esencialmente lo mismo: manifestaciones de la conciencia del Ego. Sin embargo, durante el periodo de una encarnación, la expresión de su conciencia en el plano físico se ve muy reducida y condicionada, pues debe funcionar a través de un cerebro confinado a la percepción de lo material. Así, la omnisciencia del Ego en su propio plano se convierte en la limitada capacidad de pensar, mientras que el sentimiento puro de *yo-soy-dad* se torna en el sentido de ser una personalidad separada de los demás. El *manas* inferior, entonces, actúa en conjunción con las necesidades y sensaciones del cuaternario inferior:

> Manas *inferior [es] la mente o inteligencia terrestre, la que actualmente predomina en la especie humana. Está estrechamente ligada con el alma animal (razón por la cual se designa al* manas *inferior con el nombre de* kāma-manas*) y, profundamente egoísta y pasional como es, aplica la inteligencia a la satisfacción de los deseos pasionales e instintos.* (9)

Debido a que el *manas* inferior está en estrecho contacto con los elementos kámicos, se identifica con ellos, y se produce lo que HPB denomina *kāma-manas*, es decir, la inteligencia usada como una herramienta para satisfacer las pasiones y deseos biológicos de la personalidad separada.* Este contacto entre

---

* Aunque estrictamente hablando, *manas* inferior y *kāma-manas* no son lo mismo, estos términos se suelen usar como sinónimos, porque en la mayor parte de la humanidad el *manas* inferior está aún bajo la influencia de los elementos kámicos.

manas y el cuaternario inferior da nacimiento al "ego inferior" o "yo personal", el cual, en verdad, no es una entidad real:

> *El yo personal es la criatura de su ambiente y el esclavo de la memoria física".* (10)

Ya hemos discutido cómo el sentido de identidad personal depende de la memoria. Pero reflexionemos ahora sobre lo que dice la primera parte de la cita. Las características físicas y psicológicas de una persona son el resultado de los genes adquiridos de sus padres, de su tipo de alimentación, de la familia y cultura en la que se desenvolvió, de las experiencias vividas en su contacto con el medioambiente, y, como nos dice la ciencia oculta, de las tendencias que se han acumulado en vidas anteriores.* Sin embargo, la mayoría de las personas siente que su ego personal es una entidad independiente y autodeterminada:

> *El ego inferior, engañado con la noción de una existencia independiente como "productor" y soberano de los cinco* tanmātras,† *se transforma en el yo egoísta.* (11)

Cuando un individuo siente que es el *productor* de su personalidad, no está siendo consciente de que "el productor" mismo, es decir, el yo psicológico, es en verdad el *producto* de innumerables influencias involuntarias. Parte del trabajo espiritual es comenzar a darnos cuenta de la ilusión del yo, y transferir nuestra autoconciencia desde la personalidad hacia los Principios superiores. Así, el yo inferior (es decir, el sentido

---

* Es claro que en los seres humanos existe otro factor que está más allá de estas influencias: el ego superior. Pero dado que en la mayoría de nosotros éste está más allá de nuestro acceso consciente, podemos considerarlo también como una influencia "externa" a nuestro yo personal.

† En la filosofía *Sāmkhya*, los *tanmātras* corresponden a los cinco elementos primordiales de la materia, siendo uno de ellos los cinco sentidos.

de identificación con la personalidad) se irá desvaneciendo gradualmente, y entonces descubriremos nuestra verdadera identidad.

Ahora bien, para poder cruzar el "abismo" entre lo personal y lo impersonal se necesita tender un puente. ¿Existe algo en la mente inferior que pueda ser utilizado para este fin? En la literatura Teosófica se afirma que lo hay; que una parte del *manas* inferior permanece siempre pura, aspirando hacia lo espiritual. Este elemento se denomina *antahkarana*, y puede ser considerado como la presencia del ego superior en la personalidad:

> *El* antahkarana*, por lo tanto, es aquella porción del* manas *inferior que es una con el superior; aquella que retiene su pureza. Sobre éste se imprimen todas las aspiraciones buenas y nobles, y en éste residen las energías elevadoras del* manas *inferior.… Todo el destino de la encarnación depende de si esta esencia pura, el* antahkarana*, puede refrenar el* kāma-manas *o no.* (12)

Como vemos, este aspecto de nuestra mente cerebral es capaz de captar las influencias espirituales que vienen desde el ego superior. Pero el *antahkarana* puede convertirse en algo más: en el medio a través del cual la mente inferior puede ascender y unificarse con la superior. Sin embargo, para cumplir esta función, el *antahkarana* tiene que ser puesto en funcionamiento. Según HPB, éste es activo "solo durante aquellos momentos que el [*manas*] inferior aspira hacia su mitad superior, convirtiéndose en el medio de comunicación entre los dos". (13) En otras palabras, el material para construir este puente es provisto por los esfuerzos de la mente inferior hacia la espiritualidad.

Aunque el *antahkarana* existe en todo ser humano, para que se mantenga como un órgano vivo de comunicación con lo superior debe ser estimulado regularmente. Cuando una

persona se deja llevar por los llamados de *kāma* y no eleva su mirada hacia las regiones espirituales, el *antahkarana* comienza a atrofiarse, tal como ocurre con cualquier órgano que cae en desuso. Si esto sucede, la mente inferior queda divorciada de la luz de la superior, y se limita a usar la inteligencia en la búsqueda de autosatisfacción, tanto corporal como psicológica.

De este modo, en una persona con cierta madurez espiritual, existirán dos fuerzas opuestas ejerciendo su influencia sobre *manas*: *kāma* y *antahkarana*. A continuación examinaremos este tema en mayor detalle.

La Tendencia Dual de Manas

Como hemos descrito, una vez que *manas* encarna adquiere una naturaleza doble: la superior, correspondiente a los Egos en su propio plano, y la inferior, constituida por sus reflejos en el cuaternario inferior, es decir, los egos personales. Esto da origen a dos tendencias opuestas. En palabras de HPB:

> *Una vez prisioneros o encarnados, su esencia se convierte en dual; es decir, los rayos de la Mente divina y eterna, considerados como entidades individuales, adquieren un doble atributo, que es: a) su carácter esencial inherente, la aspiración de la mente al cielo (*manas *superior), y b) la cualidad humana de pensar, o reflexión animal racionalizada por efecto de la superioridad del cerebro humano, inclinado a* kāma*, o* manas *inferior. El uno gravita a* buddhi*, el otro tiende hacia abajo, hacia el centro de las pasiones y de los deseos animales.* (14)

El propósito del ciclo de reencarnación es que el Ego desarrolle gradualmente sus potencialidades divinas. Al principio de su evolución, el nuevo Ego mora en el plano mental superior con una conciencia muy débil, tal como sucede con un bebé que está comenzando su existencia física. Con el correr

de las encarnaciones éste despierta, y comienza a desenvolver su conciencia, extendiéndola –o elevándola– progresivamente hacia *buddhi*. Es así que hacia el final de este proceso el Ego llega a ser "incondicionalmente omnisciente en su propio plano", y "el vehículo de todo conocimiento del pasado, presente y futuro". (15)

Ahora bien, durante sus primeras encarnaciones, el débil rayo de conciencia que el Ego proyecta en cada nueva personalidad queda enredado en las fuertes y vívidas vibraciones que le ofrece el Principio kámico, y la inteligencia manásica es aplicada para satisfacer los deseos del cuaternario inferior. En este estadío, la influencia del Ego sobre la personalidad es prácticamente nula. Sin embargo, el principal objetivo de las encarnaciones en este punto es el de reunir experiencias:

> *Esta conciencia cerebral o personalidad es mortal, siendo solo el reflejo distorsionado del yo manásico a través de una base física. Ésta es un instrumento para cosechar experiencias para la Mónada o* buddhi-manas*, saturándola con el aroma de la experiencia conscientemente adquirida.* (16)

Las experiencias recogidas por la personalidad van despertando al Ego, y, con esto, su influencia sobre los Principios inferiores a través del *antahkarana* se hace más definida. Entonces, comienzan a coexistir la tendencia material del alma animal (con la que la mente inferior está acostumbrada a identificarse) y la creciente influencia espiritual del Ego. Esto da origen a esa "lucha entre el bien y el mal" que experimenta toda persona con aspiraciones espirituales, y cuyo campo de batalla es el *manas* inferior o conciencia cerebral.

Así, encarnación tras encarnación, el Ego desenvuelve sus poderes latentes, y su presencia en la personalidad se hace más marcada. Al mismo tiempo, a medida que la mente inferior comienza a trabajar en la purificación de los deseos, la influencia del alma animal se vuelve más y más débil. Estos esfuerzos

espirituales desarrollan progresivamente el *antahkarana*, y el Ego se torna capaz de influenciar los actos de la personalidad de un modo más efectivo:

> *Lo que llamamos "la voz de la conciencia", como dije, son las impresiones de este Ego proyectadas en el hombre físico; y a medida que la Personalidad, el Alma inferior (o* manas*), se une a su conciencia superior, o EGO, la acción de éste sobre la vida del hombre mortal se torna más marcada.* (17)

Cuando el *manas* inferior se une con el superior estamos en presencia de una persona sabia y virtuosa. Sin embargo, esta "reunión entre el padre y el hijo" no es el final del proceso, porque si bien *manas* es un Principio espiritual, todavía es humano:

> Manas *es la Auto-Conciencia Espiritual, en sí misma, y la Conciencia Divina, cuando está unida con* buddhi. (18)

Como veremos en el próximo capítulo, cuando *manas* se une a *buddhi*, la conciencia experimenta una transformación, y se torna divina. Sin embargo, antes de que esta unión tenga lugar de forma permanente, el sexto Principio comienza a iluminar la mente del aspirante en forma temporal. Tal estado es llamado por HPB *manas-taijasa*:*

> Taijasi *significa radiante, como consecuencia de su unión con* buddhi*; es decir,* manas*, el alma humana, iluminada por el brillo del alma divina. Por lo tanto* manas-taijasi *puede ser descrita como la mente radiante; la razón humana encendida por la luz del espíritu; mientras que* buddhi-manas *es la revelación de lo divino más el intelecto y auto-conciencia humana.* (19)

---

* HPB utiliza a veces la palabra "taijasi", que es la forma sánscrita femenina. Dado que la palabra *manas* es masculina nos referiremos a esta cualidad como "taijasa".

Manas-taijasa es un estado temporal de lo que en un momento será la unión permanente de *buddhi-manas*. ¿Cómo se produce este estado? Según HPB "cuando la conciencia individual se torna hacia adentro, sucede una conjunción entre *manas* y *buddhi*". (20) Esta conjunción tiene lugar a través de las diversas prácticas de meditación y de auto-observación que involucran una interiorización de la conciencia. Sin embargo, no todas las prácticas denominadas "meditación" producen este efecto, ya que algunas se limitan a estimular la actividad de los Principios inferiores. En los ejercicios de este capítulo y de los dos siguientes describiremos algunos métodos útiles para generar el estado de *taijasa*.

Ejercicio 1: La Mente Concreta

En el *Maitri Upanishad* encontramos la frase: "El Hombre se convierte en lo que piensa, éste es el eterno misterio" (VI.34). Si observamos nuestra mente cuando la dejamos divagar, podremos ver que tiende a recaer automáticamente en aquellos asuntos que ocupan buena parte de nuestro tiempo y/o energía durante el día. Del mismo modo, si reflexionamos sobre los sueños que tenemos al dormir, observaremos que en general están relacionados con algo que nos preocupa, o con nuestros intereses particulares. Estos fenómenos revelan que aquello en lo que ponemos la energía de nuestra conciencia va generando un trasfondo inconsciente que está siempre tratando de expresarse de una forma u otra, y que tiende a repetirse y reforzarse a sí mismo.* En la mayoría de las personas este trasfondo tiene una gran influencia, tanto sobre la percepción de las cosas, como sobre las respuestas a las diversas situaciones. Si tal trasfondo no se modifica, con el tiempo puede

---

* Este trasfondo, llamado por la psicología moderna "mente inconsciente", es el patrón de vibraciones que se establece en nuestros cuerpos emocional y mental, y que ejerce una presión constante sobre nuestra mente cerebral o consciente.

generar hábitos de reacción difíciles de cambiar. Por esta razón, es importante prestar atención a lo que pensamos durante el día, y ser conscientes de cuáles son los intereses que estamos alimentando.

Un campo de trabajo importante es el de los pensamientos erráticos que solemos tener cuando dejamos que nuestra mente vague, y que tienden a reforzar su propio patrón vibratorio. En el libro *Ocultismo Práctico* se aconseja:

> *Que nunca ocupen tu mente vanos o inútiles pensamientos. Esto es más fácil decirlo que hacerlo. No es posible desalojar la mente de golpe. Así, en un principio, procura evitar los pensamientos malos u ociosos, ocupando tu mente en el examen de tus faltas o en la contemplación de los seres perfectos…* (21)

> *Los malos pensamientos no son tan nocivos como los ociosos e indiferentes, porque de los malos pensamientos podemos guardarnos cuando nos determinemos a combatirlos y vencerlos. Esta determinación robustecerá vuestra voluntad. Pero los pensamientos ociosos e indiferentes distraen la atención y malgastan energía.* (22)

Cuando uno está ocupado en alguna labor, debería prestar completa atención a lo que está haciendo. Pero cuando no se está abocado a una tarea específica, lo ideal es desarrollar un estado de reflexión, de atención, o de auto-observación, de modo que nuestra mente no esté albergando pensamientos semiconscientes.

Para comenzar esta práctica es útil llevar con nosotros algún libro sobre temas de importancia espiritual, de modo que podamos leerlo cuando estamos en un ómnibus, o esperando ser atendidos en un consultorio, o en cualquier otra situación apropiada. Con el tiempo, podemos ir cultivando una actitud de reflexión sobre el significado de la vida y de las situaciones en que nos vemos envueltos. Finalmente, podemos tratar de

aprender a disfrutar del silencio y de la observación atenta de uno mismo y de lo que nos rodea.

Ejercicio 2: La Mente Abstracta

Este ejercicio involucra una práctica más sistemática de estudio de literatura espiritual abstracta, como un medio de elevar nuestra conciencia. La Dra. Besant lo explicó de la siguiente manera:

> *Si, al estudiar al Hombre en su presente etapa evolutiva, buscamos conocer cuál es el asiento de su Autoconciencia, encontramos que en la mayoría de nosotros su trono es la mente inferior.… Desde esta vida de la mente inferior, en la cual las sensaciones todavía juegan una parte tan grande, el Hombre se eleva a la vida del intelecto, y la mente inferior se torna su instrumento, cesando de ser ella misma. Y desde la vida del intelecto él debe elevarse a la vida del Espíritu y reconocerse a sí mismo como el Uno. El asiento de la Autoconciencia se mueve desde la mente inferior a la superior a través del pensar enérgico, por medio del esfuerzo intelectual del estudiante, del filósofo, del Hombre de ciencia, si éste último torna sus pensamientos de objetos a principios, de fenómenos a leyes.* (23)

La mente inferior es la mente concreta; aquella que está interesada en objetos materiales o psicológicos, que vive en y para las sensaciones. La mayoría de las personas son conscientes de sí mismas y de la vida solo a este nivel, y no muestran interés por *Ideas*, es decir, por comprender la vida y su propósito. Cuando se enfrentan al estudio de temas filosóficos, estas personas frecuentemente preguntan: "¿De qué me sirve estudiar esto? ¿Qué gano con ello?" Su interés principal es en lo que llaman "cosas prácticas", es decir, en aquello que beneficie a la personalidad en una forma más o menos concreta.

El intelecto (en el sentido filosófico que la Dra. Besant le está dando a esta palabra) es un aspecto superior de nuestra mente, a veces denominado "la mente abstracta", y tiene intereses que no están tan relacionados con lo material. Así, nuestro primer paso es elevar el asiento de la autoconciencia desde la mente concreta a la abstracta, es decir, descubrir que la vida es mucho más que lo concreto y material, y así comenzar a experimentar esta otra dimensión más sutil de nuestra conciencia. La Dra. Besant dice que esto se logra adoptando una actitud filosófica ante la vida, por así decirlo, tratando de captar los principios abstractos y leyes que rigen nuestra existencia. A través de tal esfuerzo, la mente se va refinando y preparando para percibir el mundo sin forma del espíritu. Éste, y no la mera acumulación de información, es uno de los objetivos principales del estudio teosófico.

Sin embargo, debemos tener presente que la sabiduría no es el resultado del mero crecimiento intelectual. Como veremos más adelante, el estudio y el "pensar enérgico" son solo un paso en el sendero de la realización espiritual, y el aspirante puede quedarse estancado si se detiene aquí, sin tratar de seguir avanzando hacia la próxima etapa. Por esta razón HPB escribió:

> *Un alto desarrollo de las facultades intelectuales no implica una vida espiritual verdadera. La presencia en uno del alma humana, intelectual, altamente desarrollada (el quinto Principio, o* manas*), es completamente compatible con la ausencia de* buddhi*, el alma espiritual. A menos que la primera evolucione y se desarrolle bajo los benéficos y vivificantes rayos de la última, permanecerá por siempre como no más que una progenie directa de los Principios inferiores terrestres, estéril en percepciones espirituales; un magnífico y lujurioso sepulcro, lleno de huesos resecos y de materia en descomposición.* (24)

Así pues, debemos tener en cuenta dos cosas. Primero, que el estudio espiritual no debe tornarse en un mero ejercicio de incorporar información y repetirla. Solo el verdadero esfuerzo por captar algo que está más allá de nuestras concepciones tiende a activar la mente abstracta. Cuando simplemente se repite algo que ya ha sido captado, el efecto sobre la mente abstracta es prácticamente nulo. La literatura Teosófica es de tal profundidad que, si uno lo intenta, siempre puede descubrir aspectos más sutiles y espirituales, incluso en temas ya examinados muchas veces. Pero además, para que el estudio no se convierta en una actividad meramente intelectual, debe estar acompañado por un genuino esfuerzo por vivir de acuerdo con lo aprendido:

> *El conocimiento o* jñāna *está dividido en dos clases.…* paroksha *y* aparoksha*. La primera forma de conocimiento consiste en la adhesión intelectual a cierta proposición, la última en la verdadera comprensión de ésta.… Del estudio de la filosofía sagrada,.… se deriva* paroksha*, el conocimiento (¿o deberíamos decir creencia?) en la unidad de la existencia; pero sin la práctica de la moralidad, ese conocimiento no puede ser convertido en la forma de conocimiento más elevada, o* aparoksha-jñāna*.… De nada vale captar intelectualmente la noción de que eres el Todo y Brahman, si ésta no es realizada en actos prácticos en la vida.… No puedes ser uno con el Todo, a menos que todos tus actos, pensamientos y sentimientos, se sincronicen con el movimiento hacia adelante de la Naturaleza.* (25)

Cuando hay un sincero esfuerzo por vivir de acuerdo con lo estudiado, estamos estimulando el desarrollo de *manas-antahkarana*, lo cual nos conecta con el *manas* superior. Entonces, el estudio no se convertirá en una mera herramienta de satisfacción personal y de auto-engrandecimiento.

Ejercicio 3: La Autoconciencia Pura

El objetivo de este ejercicio es realizar la autoconciencia espiritual, para lo cual, decía Nisargadatta Maharaj: "Todo lo que debes hacer es aferrarte al sentido de *yo soy*". Dado que todas las potencialidades espirituales están presentes en nuestra conciencia superior, no necesitamos adicionar o adquirir algo desde afuera. Lo que debemos hacer, esencialmente, es desenredar nuestro sentido puro de *ser,* de la identificación con la personalidad, es decir, trascender el sentido de "yo soy este nombre, este cuerpo, etc.". El énfasis aquí no está en el *hacer* algo (porque el que *hace* es el yo personal), sino que nos disponemos simplemente a *ser*; ser, con una clara autoconciencia. Esta actitud purifica gradualmente nuestra conciencia de sus elementos personales.

Para llevar a cabo el presente ejercicio siéntese completamente relajado –física, emocional y mentalmente– y simplemente descanse en la sensación de ser, de existir. Ésta es una sensación abstracta, y puede llevar un tiempo percibirla, pero, con cada intento, tal percepción se irá haciendo más clara. Una vez que pueda ponerse en contacto con este sentido puro de *yo-soy-dad*, quédese allí, siendo consciente de éste, sin importar si hay pensamientos, emociones, sensaciones, etc.

La dificultad que puede encontrar es que se vea distraído por el movimiento de pensamientos y sentimientos, y que de pronto se encuentre completamente sumergido en ellos, o en una lucha por controlarlos. Cuando esto suceda, simplemente note la distracción, y vuelva al sentido puro de *yo-soy-dad*. No luche con sus pensamientos. Solo sea consciente de que perdió de vista su sentimiento de ser y regrese a éste, una y otra vez, suave y naturalmente. Éste es un ejercicio donde debe aprender a "dejar ir" las distracciones, y el "esfuerzo" está dirigido a permanecer conscientes en la naturaleza original de la mente no distraída. Con la práctica irá encontrando cómo "posicionar" su

mente en forma correcta, en un estado donde no hay ni lucha ni distracción.

Ahora bien, para aquellos "adictos a pensar" (como decía Ramana Maharshi) existe un acercamiento alternativo que es más activo, pero que eventualmente lleva al mismo estado. Él recomendaba el uso de la pregunta "¿Quién Soy Yo?" como semilla de meditación:

> *Cuando aparezcan pensamientos, uno no debería seguirlos, sino preguntar: "¿A quién se le aparecen?"…. La respuesta que emergerá será: "A mí". Entonces, si uno pregunta "¿Quién soy yo?", la mente se retirará a su origen; y el pensamiento que apareció, se calmará. Con la práctica repetida de esta manera, la mente desarrollará la habilidad de permanecer en su origen.* (26)

Aquí estamos usando el pensamiento para trascender al pensamiento, ya que, de acuerdo con Ramana Maharshi, la pregunta de "¿Quién soy yo?" será destruida al final, junto con todo otro pensamiento. Esta pregunta no busca producir una respuesta conceptual acerca de quiénes somos. Es simplemente un medio para tornar la mirada hacia ese sentimiento de ser, del que estamos hablando, y morar allí. En este estado, *manas* puede ponerse en contacto con *buddhi*.

Referencias

1- HPB, *La Clave de la Teosofía* (*CT*), cap. 10, "El Misterio del Ego", p. 168.

2- HPB, *Collected Writings* (*CW*) XII, "Kosmic Mind", p. 137.

3- HPB *et al*., *Glosario Teosófico* (*GT*), "Manas", p. 400.

4- *CT*, cap. VIII, "De la Individualidad y Personalidad", pp. 126-7.

5- HPB, *Los Sueños*, p. 10.

6- HPB, *La Doctrina Secreta (DS),* Tomo III, Estancia III, "Sloka 13", p. 89.

7- *DS* VI, Apunte III, "Justificación Filosófica de esta Doctrina", p. 153.
8- *CW* XII, "Lower Manas, or Kāma-Manas", p. 709.
9- *GT*, "Manas Inferior", p. 400.
10- *CT*, cap. VIII, "¿Por qué no recordamos Nuestras Vidas Pasadas?", p. 123.
11- *DS* VI, Apunte III, "Justificación Filosófica de esta Doctrina", p. 153.
12- *CW* XII, "Lower Manas, or Kāma-Manas", p. 710.
13- *DS* VI, Apunte III, "Justificación Filosófica de esta Doctrina", p. 155.
14- *CT*, cap. IX, "Palabras Definidas para Cosas Determinadas", p. 169.
15- *CW* XII, "Psychic and Noetic Action", p. 367.
16- *CW* VIII, "Psychology, the Science of the Soul" p. 339.
17- HPB, *Los Sueños*, p. 15.
18- *DS* VI, Apunte III, "Justificación Filosófica de esta Doctrina", p. 153.
19- *CT* cap. IX, "De la Conciencia Post-Mortem y Post-Natum", nota al pie 6, p. 147.
20- *CW* XII, "ES Instruction No. II", p. 545.
21- HPB (comp.), *Ocultismo Práctico* (*OP*), "Insinuaciones Prácticas para la Vida Diaria", I, p. 36.
22- *OP*, "Insinuaciones Prácticas para la Vida Diaria", VI, p. 52.
23- Annie Besant, *The Reality of the Invisible and the Actuality of the Unseen Worlds*, pp. 13-6.
24- *CW* VI, "Elementals", p. 198.
25- *CW* 5, "Morality and Pantheism", p. 337.
26- Ramana Maharshi, "*¿Quién Soy Yo?"*, p. 4.

Capítulo 6

El Alma Espiritual (Buddhi)

Como veremos más adelante, la Realidad absoluta del universo está más allá de este plano de manifestación. Para poder expresarse en el cosmos, necesita ser reflejada en un Principio que pertenezca al universo diferenciado y que, al mismo tiempo, sea suficientemente sutil para asimilar su naturaleza. Este Principio es *buddhi*, y el reflejo de lo Absoluto en éste es lo que llamamos *ātman*. Juntos, el sexto y el séptimo Principio forman la Mónada, es decir, la chispa divina y eterna en el Hombre.

Buddhi es un término sánscrito femenino que se deriva de la raíz *budh* (despertar, comprender, conocer) y es el origen de cualidades como la sabiduría, compasión, amor, intuición espiritual, etc. Por medio de este Principio puede percibirse la unidad de la vida y las realidades del mundo espiritual. Sin embargo, aunque *buddhi* está presente en todos los seres humanos, pocos individuos son sabios y compasivos. ¿Cuál es la razón?

En la literatura Teosófica, este Principio es denominado de dos formas: *alma espiritual* y *ego espiritual*. Estos términos diferentes señalan el hecho de que, en el Hombre, *buddhi* puede estar en dos estados: pasivo o activo.

El alma espiritual es un elemento pasivo que actúa meramente como vehículo de *ātman*. En esta función, las cualidades espirituales del sexto Principio no son accesibles a la personalidad, y por lo tanto se dice que permanecen latentes:

> Buddhi *(el alma espiritual) es tan solo su vehículo [de* ātma*].*
> *A menos "que la dúada divina sea asimilada por alguna*

> *conciencia, y reflejada en ella", ni* ātma *ni* buddhi *por separado, ni los dos colectivamente, son más útiles al cuerpo del Hombre de lo que pueden serlo la luz del sol y sus rayos a una masa de granito sepultada en la tierra.* (1)

> *¿Cuáles son las funciones de* buddhi*? En el plano físico, ninguna, a menos que esté unido a* manas*, el Ego Consciente.* (2)

Como vimos en el capítulo anterior, a medida que el Principio mental se purifica de los elementos kámicos y se une a *buddhi*, la conciencia manásica se torna divina. Este contacto no solo afecta al quinto Principio, sino que también tiene un importante efecto sobre *buddhi*. A través de su unión con *manas*, el alma espiritual deja de ser una posibilidad latente, y se convierte en una fuerza activa en los planos inferiores. En palabras del *Mahātma* KH:

> *La energía suprema reside en* buddhi*; latente cuando está unido solo a* ātma*, activa e irresistible cuando está galvanizada por la esencia de "*manas*", y cuando ninguna de las impurezas de éste último se mezcla con esa esencia pura, para agobiarla con su naturaleza finita.* (3)

Para comprender más profundamente este tema debemos revisar brevemente el proceso de evolución.

La Mónada dual (*ātma-buddhi*) es la chispa divina que se sumerge en el universo manifestado, poniéndose así en contacto con lo condicionado y finito. Ahora bien, ¿por qué aquello que es divino necesita entrar en relación con los mundos inferiores? La literatura Teosófica explica que la Mónada es divina desde el comienzo de su evolución cósmica pero, siendo esencialmente *una* con el todo, no es consciente de sí misma como una individualidad. La cualidad de autoconciencia es una característica de *manas*, y es este Principio quien, uniéndose

a *buddhi*, le puede aportar conciencia individual a la Mónada divina e impersonal:*

> *La Mónada es impersonal y un Dios* per se*, si bien inconsciente en este plano. Porque divorciada de su tercer Principio (generalmente llamado el quinto),* manas*,…. no puede tener conciencia o percepción de las cosas de este plano terrestre.* (4)

> *"*Buddhi*"* per se *no puede tener ni auto-conciencia ni entendimiento; esto es, el sexto Principio en el Hombre puede preservar una esencia de auto-conciencia o "individualidad personal", solo absorbiendo dentro de sí mismo sus propias aguas, las cuales tienen que correr a través de aquella facultad finita, porque* Ahankara *–que es la percepción de "yo" o el sentido de la propia individualidad– pertenece…. al quinto Principio, o* manas*.* (5)

Para desarrollar tal conciencia individual, la Mónada debe adquirir experiencia en aquellos planos donde existe la separación. Así pues, con el fin de construir un vehículo apropiado para su expresión, la naturaleza comienza a desarrollar formas materiales cada vez más complejas, ascendiendo a través de los reinos mineral, vegetal y animal. Sin embargo, dado que la Mónada es tan pura y espiritual, ninguna de las formas producidas por la evolución física le permite tener experiencia *consciente* en los planos inferiores. Para esto, es necesario algo que haga de nexo entre materia y espíritu, y este "algo" es *manas*.

Cuando la evolución física llega a producir una forma animal suficientemente desarrollada como para albergar a *manas*, un nuevo tipo de fuerzas empieza a intervenir en la evolución. A través de éstas tiene lugar la formación del ego superior en

---

* En realidad, en los planos espirituales la Mónada nunca deja de ser una con el Todo. Es en los planos inferiores donde ésta adquiere una "individualidad" durante el curso de la evolución.

el plano mental, lo cual da comienzo a la etapa de evolución intelectual.

Con el nacimiento del Ego, la Mónada sufre un proceso de "individualización" en los mundos de ilusión, y *buddhi*, que es parte del alma universal (*ālaya*), aparece como separado de ésta:

> Buddhi *solo sería un espíritu impersonal sin este elemento prestado por el alma humana [*manas*] que lo condiciona y hace de él, en este universo ilusorio, como si fuese una cosa separada del alma universal, durante todo el período del ciclo de encarnación.* (6)

Para usar una analogía, podríamos pensar en *ālaya* como siendo la luz de la luna, iluminando un lago que tiene un suave oleaje producido por la brisa nocturna. Cada pequeña ondulación del oleaje representa al *manas* en un ser humano, y el reflejo de la luz de la luna en el lago, que aparece como innumerables destellos separados unos de otros, es *buddhi* reflejándose en cada individualidad manásica. Pero los destellos no son distintos de la luz de la luna, universalmente difundida. La diferencia es, esencialmente, una ilusión.

Es importante recordar, sin embargo, que no toda actividad manásica es capaz de alcanzar a *buddhi*. Solo puede hacerlo aquella que está en afinidad con su naturaleza espiritual e impersonal:

> *Para que* buddhi *sea consciente en el plano físico, necesita el más diferenciado fuego de* manas. (7)

Todas las acciones, sentimientos y pensamientos, relacionados con cualidades como el amor, la compasión, el autosacrificio, la filantropía, etc., no solo construyen el *antahkarana* durante la vida, sino que luego de la muerte de la personalidad serán absorbidos por *buddhi*. Así, cuando existen los materiales apropiados, la chispa divina va creciendo en autoconciencia, encarnación tras encarnación. Por esta razón se dice que el

intento por ser personas espirituales no es meramente un mandato social o religioso, sino una necesidad evolutiva.

A medida que el alma espiritual asimila la autoconciencia manásica, el sexto Principio es activado, y se convierte en el asiento de la autoconciencia. Entonces, *buddhi* pasa a ser llamado el *ego* espiritual:

> *El Ego Espiritual divino es el Alma Espiritual o* buddhi*, íntimamente unida con* manas *(el Principio de la mente) sin el cual no es Ego alguno, sino puramente el Vehículo Átmico.* (8)

Este ego espiritual es una elevada individualidad que trasciende los procesos de conciencia conocidos al nivel personal:

> *El Ego espiritual no refleja variados estados de conciencia; es independiente de toda sensación (experiencia). No piensa;* CONOCE*, por un proceso intuitivo concebible solo vagamente por el Hombre común.* (9)

Al nivel del ego espiritual no existe pensamiento en ninguna de sus formas, sino una Sabiduría autoconsciente. En este plano hay una percepción inmediata de la naturaleza de las cosas, que trasciende la separación entre sujeto y objeto.

Ahora bien, si *manas* está fundido con *buddhi*, formando el ego espiritual, ¿qué sucede con el *manas* inferior que funciona a través del cerebro? En un artículo publicado en los primeros tiempos de la Sociedad Teosófica se dice:

> *La conciencia del Hombre perfecto reside principalmente en la inteligencia superior o espiritual, o conciencia del Ego espiritual, aunque es coexistente con la inferior y obscura conciencia del quinto Principio.* (10)

El Hombre perfecto ya no está identificado con su cuerpo, emociones y pensamientos. Y aunque el *manas* inferior sigue

existiendo, ya purificado de sus elementos kámicos, éste se torna un mero medio de la conciencia superior para interactuar con los mundos inferiores.

Finalmente, el ego espiritual pone en actividad al séptimo Principio, y el Hombre desarrolla todas sus potencialidades latentes:

> *Para que* buddhi *sea consciente en el plano físico, necesita el más diferenciado fuego de* manas*; pero una vez que el sexto sentido ha despertado al séptimo, la luz que irradia de este séptimo sentido ilumina los campos del infinito.* (11)

Hemos visto así que, a través de su asociación con *manas*, la chispa divina e impersonal adquiere una individualidad, y con ello la semilla de la autoconciencia. Esta semilla germinará durante la etapa de evolución humana, al comienzo, en la forma de un yo personal y egoísta (*kāma-manas*) demasiado material para ser asimilado por *buddhi*. Pero cuando el sentido de yoidad manásico se purifica y espiritualiza, éste es absorbido por la Mónada, la cual deja de ser una dúada pasiva (*ātma-buddhi*) para convertirse en una tríada, autoconsciente de su naturaleza divina (*ātma-buddhi-manas*).

Ejercicios

La experiencia autoconsciente de los elevados planos de *buddhi* y *ātman* se va dando en etapas bastante adelantadas de la evolución espiritual. Así pues, los ejercicios que proponemos en este capítulo y el siguiente, están orientados a que el aspirante vaya siendo más y más consciente de su naturaleza espiritual, en los planos inferiores.*

Como hemos señalado, en todo ser humano existe una

---

* Sin embargo, en personas con el suficiente desenvolvimiento espiritual, éstos podrían estimular experiencias en planos superiores.

fuente innata de sabiduría (*buddhi*) que es parte intrínseca de su conciencia. Sin embargo, dicha sabiduría no está accesible para la mayoría de las personas porque éstas son inconscientes de las dimensiones espirituales de su Ser. En el punto de evolución actual, la persona media es autoconsciente solo en relación con su cuerpo, emociones y mente (*kāma-manas*). Para acceder a esta sabiduría, la conciencia debe dejar de identificarse con la personalidad y elevarse hacia los Principios espirituales. Entonces, la persona se torna consciente de su sabiduría innata (*buddhi-manas*) y ésta puede expresarse en la vida diaria.

¿Cómo pueden ponerse en contacto *manas* y *buddhi*? A continuación exploraremos dos formas de meditación que pueden asistirnos en esta labor.

Ejercicio 1: Contemplación

En el ejercicio 2 del capítulo anterior se citó a la Dra. Besant diciendo que el primer paso en el proceso de espiritualizar la conciencia, es elevarla desde la mente inferior o concreta hacia la mente abstracta o intelecto. En el próximo paso, se debe ir más allá del intelecto para así percibir "la vida del Espíritu". El medio para lograrlo es la meditación:

> *Así como solo el pensar enérgico puede elevar el asiento de Autoconciencia desde la mente al intelecto, solo la profunda concentración y meditación puede elevar el asiento desde el intelecto al Espíritu.*
>
> *El Hombre que quiere acelerar deliberadamente su propia evolución.… fijará su vista en la oscuridad que yace más allá del intelecto, buscando, a través de la meditación concentrada, encontrar la luz que está por detrás de la oscuridad, la luz de lo Real, del Ser. En ese silencio aparecerá dentro de él la conciencia espiritual, respondiendo a las sutiles sensaciones de un mundo desconocido. Primero dé-*

> *bilmente, y luego con más fuerza, con un coraje cada vez mayor, esta elevada conciencia responde a lo externo y es realizada en lo interno, él se reconoce como el Espíritu, él se reconoce divino.* (12)

El tipo de meditación que se propone aquí es aquél en donde se trascienden los procesos del pensamiento. Como hemos explicado en el ejercicio del capítulo 3, en la literatura Teosófica se describen tres etapas sucesivas en el proceso de la meditación: concentración, meditación y contemplación. En esta cita, la Dra. Besant se está refiriendo a la etapa de contemplación, a la que se puede acceder con cualquier objeto de meditación que se relacione con lo espiritual. Así, uno podría comenzar por concentrarse y meditar sobre una virtud tal como el amor, la compasión, la paz, etc. Por medio de una profunda reflexión, el aspirante trata de comprender la naturaleza esencial de dicha virtud, y su expresión en la vida diaria. Cuando se ha captado la esencia del objeto de meditación tan bien como se pueda, el aspirante permanece en silencio, intentando fundirse con la "atmósfera" que se ha generado. Este mismo proceso puede aplicarse a la meditación sobre un aforismo espiritual profundo, sobre una verdad universal, una deidad o ser espiritual, etc.

Ejercicio 2: Meditación Taijasa

En el ejercicio 3 del capítulo anterior se describió una meditación donde la atención se focalizaba en ser conscientes del puro sentido de *yo-soy-dad*. En el método presente, nos disponemos a observar la mente, pero sin ningún punto de concentración en particular. Según HPB, cuando la mente es observada, esta percepción tiene lugar desde *buddhi*:

> *En el acto del auto-análisis [auto-observación], la mente se vuelve a su vez objeto [de percepción] de la conciencia espiritual. Es el eclipsamiento de la Mente por* buddhi*, lo*

> *cual resulta en la realización última de la existencia, esto es, autoconciencia en su forma más pura.… El "sujeto que percibe" a la Mente, como un atributo de sí mismo, es el Ego trascendental o espiritual (*buddhi*).* (13)

Como hemos examinado en el capítulo anterior, cuando nuestra mente es iluminada por *buddhi* surge una conciencia radiante que se denomina *manas-taijasa*. Ahora bien, dado que este estado se encuentra más allá de la actividad de la mente inferior, no puede ser producido en forma directa por medio del pensamiento. Todo lo que podemos hacer desde "abajo" es crear las condiciones correctas para que "descienda" la percepción búddhica. Exploremos, pues, estas condiciones.

Lo primero que debemos comprender es que los pensamientos, tal como los experimentamos, son la actividad natural de *manas* cuando funciona a través del cerebro. Aunque no son el medio para una percepción espiritual, tampoco son un obstáculo en sí mismos. El problema principal es la identificación de nuestra conciencia con el pensador ilusorio. Es importante darse cuenta que, aunque hay un proceso continuo de pensamiento, no existe un *pensador* como entidad real. Parece haberlo solo debido a la unión de la autoconciencia pura y el proceso de pensamiento.

Así pues, en este acercamiento a la meditación, le prestamos completa atención a cada pensamiento, emoción y sensación, a medida que aparecen en nuestra conciencia.

Dado que la percepción búddhica está más allá de nuestros gustos y aversiones personales, es necesario que seamos conscientes de los movimientos internos con ecuanimidad: observamos todo sin identificarnos con lo que vemos, sin reacciones personales. Sin embargo, como la conciencia superior está asociada con un estado de amor y felicidad, esta observación debe ser hecha con un sentido de integración. Una actitud de juicio, condena o severidad, será un obstáculo para la percepción búddhica. Así, observamos todo lo que se presenta

en nuestra mente con un sentido de amor e interés, como cuando miramos una bella flor, o un niño jugar.

Dado que la percepción búddhica es no-dual, tal observación debe ser hecha de una forma impersonal, sin tratar de controlar lo que se está manifestando. Así, trascendemos la separación entre el observador y lo observado. Cualesquiera sean los pensamientos que aparecen, simplemente los notamos y los dejamos pasar. Recordemos que, en realidad, no somos nosotros los que estamos generando los pensamientos y las emociones; ellos se mueven por sí mismos, automáticamente, como respuesta a un estímulo, a una situación, o a un recuerdo. Así, soltando nuestra identificación con el pensador ilusorio, relajamos todo esfuerzo, interno y externo. Observamos todo como si estuviéramos mirando las nubes que pasan por el cielo, o un río que fluye; con perfecta calma, siendo un testigo silencioso.

Cuando este tipo de observación se estabiliza, de modo que se mantiene naturalmente, sin tener que hacer un esfuerzo, estamos en el estado de *taijasa*. Entonces, estamos en contacto con nuestra sabiduría innata. Aquí, "sabiduría" significa que vemos las cosas como ellas realmente son, sin quedar enredados en reacciones personales y condicionamientos.

Por estar más allá de los procesos psicológicos, este estado está más allá del tiempo, y en él, la ilusión del *yo* se disuelve. Como dice el libro *Luz en el Sendero*:

> *Allí, esta gigante maleza [del yo] no puede florecer. Esta mancha de la existencia es borrada por la atmósfera misma del pensamiento eterno.* (14)

El intento por permanecer en un estado receptivo a nuestra sabiduría innata debería ser extendido a la vida diaria. Así pues, mientras estamos ocupados con nuestros quehaceres, tratemos de evitar identificarnos con el sentimiento de "yo soy el que

actúa, siente y piensa". Es obvio que durante las actividades que desarrollamos cotidianamente existirá acción física, emocional y mental, pero debemos recordar que quien actúa es la personalidad. Por lo tanto, no es que no *debemos* actuar; en realidad no *podemos* actuar, porque, como dijimos, no somos el pensador sino la conciencia pura, el sentido impersonal de *yo-soy-dad*. Somos la percepción que abarca tanto al actor como a la acción, y que los trasciende.

Entonces, cuando se deba afrontar cualquier situación, *dejemos* que la personalidad reflexione, que busque la mejor respuesta, y que haga elecciones. Dejemos que actúe o que se refrene, de acuerdo al bien más elevado que pueda percibir. Pero no nos confundamos asumiendo que todo esto está siendo hecho por nosotros. Desarrollemos una actitud de ser el testigo de toda acción, física o psicológica, con una conciencia silenciosa y alerta de todo lo que sucede, sea dentro o fuera de nosotros.

Referencias

1- HPB, *La Clave de la Teosofía* (*CT*), cap. VIII, "De la Individualidad y Personalidad", p. 126.

2- HPB, *La Doctrina Secreta* (*DS*), Tomo VI, "Justificación Filosófica de esta Doctrina", p. 152.

3- *Mahātma* KH, *Cartas de los Mahātmas a A. P. Sinnett* (*CM*), Nº 59, p. 488.

4- *DS* III, Estancia 5, "Sloka 21", nota al pie 37, p. 129.

5- HPB, *Collected Writings* (*CW*) IV, "The Septenary Principle in Esotericism", p. 581.

6- *CT*, cap. IX, "De la Conciencia Post-Mortem y Post-Natum", p. 147.

7- *DS* VI, Apunte III, "Significado y Correlación de los Tattvas", p. 142.

8- *CT*, cap. IX, "Palabras Definidas para Cosas Determinadas", p. 161.

9- *CW* VIII, "Modern Idealism, Worse Than Materialism", p. 96.

10- A. O. Hume, *The Theosophist,* Vol. 2, Nº 1, "Fragments of Occult Truth", Octubre 1881, p. 19.

11- *DS* VI, p. 142.

12- Annie Besant, *The Reality of the Invisible and the Actuality of the Unseen Worlds*, pp. 13-6.

13- *CW* VIII, "Modern Idealism, Worse Than Materialism", pp. 96-7.

14- *Luz en el Sendero*, Parte 1, Regla 4, p. 7.

Capítulo 7

El Espíritu Universal (Ātman)

Ātman es el séptimo y más elevado Principio en los seres humanos. Dado que no pertenece al universo fenomenal, este Principio está realmente más allá del poder de comprensión de la mente humana. Sin embargo, es importante tratar de formarse una idea aproximada de su naturaleza.

La palabra sánscrita *ātman* significa literalmente "yo", y en Teosofía se la utiliza para referirse al espíritu; el verdadero Ser, o *Yo superior* en el Hombre. Sin embargo, esta denominación puede conducir a una idea errónea. *Ātman* no es un Principio individual. No se puede decir que yo tengo *mi ātman* y usted tiene el *suyo*. De acuerdo con las enseñanzas Teosóficas existe un único Yo verdadero del cual todo ser humano es una expresión:

> *El Yo Superior no es ni vuestro espíritu ni el mío, sino que, como el sol, resplandece sobre todos. Es el Principio divino universalmente difundido, inseparable de su meta-espíritu uno y absoluto, del mismo modo que el rayo solar es inseparable de la luz del sol.* (1)

Con el término meta-espíritu, Blavatsky se refiere a la Realidad absoluta, de la cual se dice que *ātman* es un rayo. Sin embargo, ésta es solamente una figura literaria, como la que con frecuencia se usa para describir la luz del sol. Aunque normalmente utilizamos la frase "rayo de sol", en realidad la luz solar está uniformemente difundida, y no separada en rayos. Lo mismo se aplica a la relación entre el séptimo Principio y el meta-espíritu. Tal vez una imagen más correcta sería la de que *ātman* es como la "radiación" universal de lo Absoluto.

Ahora bien, decir que *ātman* es un Principio "humano" puede darnos una idea errónea, puesto que el séptimo Principio está animando todo en el universo. El cosmos, en toda su aparente diversidad, es en verdad un único Ser, y *ātman* es el espíritu *universal* que todo lo penetra:

> *Ante todo [tenemos] el espíritu –en el sentido de lo Absoluto, y, por consiguiente, el* Todo *indivisible– o* ātma*. Como éste no puede ser limitado ni clasificado en filosofía (siendo simplemente aquello que* es *en la Eternidad, y que no puede estar ausente del punto geométrico o matemático más pequeño del universo de materia o sustancia) no debiera en manera alguna llamarse Principio "humano". Es, cuanto mucho (en Metafísica), aquél punto que la Mónada humana y su vehículo –el Hombre– ocupan en el espacio durante el período de cada vida. Ahora bien, este punto es tan imaginario como el Hombre mismo y es en realidad una ilusión, un* māyā*; más, para nosotros, así como para los demás Egos personales, somos una realidad durante ese momento de ilusión llamado vida.* (2)

Como hemos visto, *ātman* es el reflejo de lo Absoluto en *buddhi*, lo cual conforma la Mónada. Dado que la Realidad absoluta es omnipresente, podemos considerar al *ātman* en una persona como el "espacio" particular que ésta ocupa dentro del "Todo". En palabras del *Mahātma* M:

> *El Espíritu o* Vida *es indivisible. Y cuando hablamos del séptimo principio, no queremos significar ni una cualidad ni una cantidad, y ni siquiera una forma, sino más bien el espacio ocupado en ese océano de espíritu.* (3)

Imaginemos que estamos sumergidos en el océano. Lo que HPB llamó el "meta-espíritu" sería aquí el espacio que contiene al océano, mientras que *buddhi* es el agua, la cual es en sí misma sin forma o separaciones. *Manas* podría representarse como

un movimiento rotatorio que hace que se forme un remolino en el océano. Este remolino tiene una forma particular, que hace aparecer al agua en esa región del océano como distinta de la que está a su alrededor, y ocupa un espacio determinado, que representa a *ātman* en una persona dada. Como podemos apreciar, este espacio no está separado del espacio total del océano, y el agua que lo conforma no es diferente del agua que lo rodea (que, de hecho, está constantemente fluyendo a través de éste). Sin embargo, debido al movimiento rotatorio, se produce la ilusión de que el remolino es una entidad separada del resto.*

Ātman y lo Absoluto se relacionan frecuentemente con la idea del espacio, porque éste es algo abstracto e imposible de definir en sí mismo. De hecho, en el Proemio de *La Doctrina Secreta*, HPB dice que el *espacio* es la única formulación mental que podemos hacernos acerca de lo Absoluto. Como veremos más adelante, esto tiene importantes implicancias al nivel psicológico y de la práctica espiritual.

A partir de lo dicho, es claro que *ātman*, en sí mismo, no es una entidad, un centro de conciencia en particular. ¿Pero por qué se lo denomina "Yo superior" en la literatura Teosófica, lo cual da la idea de ser un tipo de entidad? Para responder esta pregunta debemos tener en cuenta que, aunque *ātman* es un rayo de lo Absoluto, esto no significa que se encuentra más allá de toda posibilidad de contacto con el Hombre:

> *El Yo Superior es* ātma*, el rayo inseparable del Yo Uno y Universal. Es el Dios que está por encima, más bien que por*

---

* Utilizando la imagen de la formación de un remolino para graficar la evolución de la Mónada humana, podríamos decir que, al comienzo, el movimiento rotatorio (*manas*) es muy débil, y el remolino (*ātma-buddhi*) es casi indistinguible del resto del océano. Pero a medida que el movimiento se incrementa (es decir, a medida que la Mónada asimila más y más de *manas*) el remolino adquiere una "individualidad" propia.

dentro, de nosotros. ¡Feliz del Hombre que logra saturar de él su Ego Interno! (4)

Ātman puede ser considerado como la Divinidad universal, reflejándose en cada átomo del universo manifestado; y el Hombre, como dice HPB, puede convertirse en un vehículo consciente del espíritu universal. Cuando esto sucede, el sentimiento puro de *yo-soy-dad* sufre una transformación, y la persona se identifica con el todo. Dado que ésta es la forma de autoconciencia más elevada posible, *ātman* actúa como el Yo superior en una persona.*

Este contacto con *ātman* no se da en una manera dualista, entre un sujeto y un objeto que están separados, sino que la persona es absorbida en un *estado* de unión con el Todo. Es por esto que *ātman* se describe como "un estado más bien que un ser". (5) Esta definición puede ayudarnos a comprender un poco más la naturaleza del séptimo Principio. Si pensamos en el estado de felicidad, podemos ver que éste no pertenece a una persona en particular. Está disponible para cualquiera que pueda alcanzarlo en un momento dado y, cuando esto sucede, se experimenta en una forma personal. Del mismo modo, *ātman* es el *estado* de ser la totalidad, el cual se experimenta de forma individual, aunque tal individualidad es extremadamente sutil.

Las primeras experiencias de este estado de unificación son momentáneas. La persona se percibe como siendo el todo, pero luego cae nuevamente en la identificación con su propia individualidad. Los más grandes místicos de las distintas religiones han tenido tal experiencia y, dado que en la mayoría de ellos ésta está más allá de su control, consideran que tal estado

---

* En la terminología que HPB desarrolló hacia el final de su vida, la palabra *Yo* (superior) en general se utiliza solo para *ātman*, mientras que para todos los estados de autoconciencia por debajo de éste, el término usado es *Ego* (espiritual, superior, personal, etc.).

se produce por la gracia de Dios. Pero los (verdaderos) *yoguis*, *jñanis* e Iniciados, debido a su entrenamiento sistemático, aprenden a elevar su conciencia hacia *ātman* de una forma voluntaria:

> Ātma*, o el Yo Superior, es en realidad Brahman, lo* ABSOLUTO*, e indistinguible de éste. En los momentos de* Samādhi*, la más elevada conciencia espiritual del Iniciado se absorbe por completo en esta esencia* ÚNICA*, que es* ātma. (6)

Existen varios estados de absorción (*samādhi*), y solo en el más elevado hay un verdadero contacto con *ātman*. Cuando este estado de unificación es tal que la conciencia se funde con el espíritu universal de un modo completo y permanente, tenemos lo que las religiones orientales llaman *nirvāna*. Aunque el concepto de *nirvāna* está presente tanto en el budismo como en el hinduismo, ambas filosofías lo describen de un modo diferente (e incluso opuesto, en algunos aspectos) porque en realidad este estado está más allá de toda descripción.

Ahora bien, debemos recordar que lo Absoluto, en sí mismo, es una realidad que trasciende toda conciencia, y que el séptimo Principio es su reflejo en *buddhi*. Por lo tanto, la experiencia de *ātman* se da al nivel del sexto Principio, el cual es el asiento de conciencia más elevado posible dentro del universo manifestado. Por esta razón, se dice que una vez que todos los Principios están "despiertos" *buddhi* se convierte en su punto de reunión:

> *[La Individualidad] debe asimilar el poder de vida eterno que reside solo en el séptimo [Principio] y entonces fundir los tres (el cuarto, quinto y séptimo) en uno: el sexto. Aquellos que logran hacerlo se convierten en Budas, Dhyan Chohans, etc. El principal objetivo de nuestros esfuerzos e iniciaciones es alcanzar esta unión cuando estamos todavía en esta Tierra.* (7)

Cuando esto sucede, la persona "iluminada" se torna autoconsciente en el espíritu universal, y lo reconoce como su verdadera naturaleza. Él es uno con el Todo. La Mónada dual se ha vuelto triple, y la etapa de evolución humana llega a su fin.

¿Pero qué sucede con la persona iluminada? Como regla general, la Mónada queda en un estado de absorción con el Todo hasta el comienzo de un nuevo ciclo de evolución en un plano más elevado. Pero en la literatura Teosófica se dice que, cuando la persona iluminada alcanza esta unificación, se encuentra frente a una última elección: sumergirse en la inefable gloria de ser uno con lo Divino, o renunciar a esta posibilidad, eligiendo retener una conciencia separada, de modo que pueda permanecer en contacto con los mundos inferiores de sombras y limitaciones, con el objeto de asistir a la humanidad en sus esfuerzos espirituales:

> *El Yo astral y personal [*manas*] de un Adepto, aunque en realidad forma parte de un todo integral con su más elevado Yo (*ātman *y* buddhi*) puede, sin embargo, por razones de misericordia y benevolencia universal, separarse de su Mónada divina, de modo de llevar en este plano de ilusión y existencia temporaria una vida propia consciente, definida e independiente, bajo una forma ilusoria prestada, sirviendo así, al mismo tiempo, a un propósito doble: el agotamiento de su propio Karma individual, y la salvación de millones de seres humanos menos favorecidos, debido a los efectos de la ceguera mental.* (8)

> *El Adepto que renuncia al* nirvāna *es un "dios encarnado", si así podemos decirle. Él es consciente de su naturaleza Divina, pero elige el "destierro" en los planos inferiores, con el objeto de trabajar por el bien de la humanidad.**

---

* Aquellos que quieran profundizar en este tema pueden leer el capítulo XI del libro "Los Maestros y el Sendero" por C. W. Leadbeater.

Ejercicio: El Sentido de Ser el Espacio

Podemos considerar la expresión de *ātman* al nivel psicológico como el espacio subjetivo dentro del cual opera nuestra conciencia personal. El Hombre común percibe lo que llama *sus* pensamientos, deseos, sentimientos, sensaciones, etc., como cosas que tienen lugar dentro de sí, dentro del espacio que le pertenece. Él no puede percibir en forma directa lo que le pasa a otra persona, porque tales emociones y pensamientos están fuera de su "espacio personal".

Ahora bien, el espacio no tiene límites reales; somos nosotros quienes los creamos al identificarnos con la personalidad. Pero como hemos discutido en el capítulo 4, esos límites se expanden a medida que nos tornamos menos autocentrados e integramos a otros en nuestra conciencia. En este proceso de expansión cada vez mayor, llegará el día en que el espíritu universal sea realizado, y entonces conoceremos nuestra verdadera naturaleza. Entonces, como el místico, comprenderemos que todo está dentro de nosotros, y que nosotros somos el Todo.

En las últimas prácticas que examinamos, hemos tomado como objeto de meditación el sentido de *yo-soy-dad*, y el movimiento psicológico. Aquí, nuestra atención será dirigida a tratar de ser conscientes del *espacio* dentro del cual tienen lugar los movimientos de nuestra conciencia ordinaria.

Hay dos modos de posicionar nuestra mente, que son sutilmente diferentes. Por un lado, podemos sentir que somos el espacio *más allá* de todo movimiento psicológico, es decir, nuestra presencia lo *trasciende*. Como alternativa, podemos sentir que no hay nada sino este movimiento psicológico, y por lo tanto nuestra presencia o conciencia está *dentro* de él, es decir, es *inmanente*. Estas dos opciones parecen estar relacionadas con lo que Mme. Blavatsky dijo en su *Diagrama de Meditación*: "Primero conciba la UNIDAD por expansión en el espacio e infinita en el tiempo (sea con o sin auto-identificación)".

Examinemos estos dos acercamientos en mayor detalle:

a) Trascendencia: En este enfoque, somos como el espacio inmutable que contiene el movimiento psicológico pero que no es afectado por éste. Para realizar la práctica, nos sentamos y dejamos que las emociones y pensamientos aparezcan y desaparezcan por sí mismos, pero sin hacerlos un foco de atención. Más bien, nos tornamos conscientes de que somos el espacio que los abarca, sin importar qué es lo que pase dentro. Podemos comenzar esta meditación situándonos en un estado de presenciar todo lo que sucede, sin elegir ningún sentimiento o pensamiento en particular, como explicamos en el capítulo anterior. Pero a medida que observamos cómo cada movimiento psicológico se desarrolla dentro del campo de la conciencia, nos vamos estableciendo más y más en la sensación de ser el espacio que los contiene, siendo conscientes de los pensamientos, emociones y sensaciones en el trasfondo.

b) Inmanencia: Aquí, el estado de no-dualidad no es un resultado a alcanzar al final, sino que está presente prácticamente desde el comienzo. Como solía decir J. Krishnamurti: "El primer paso es el último". Aquí no hay diferencia entre el observador y los contenidos de su conciencia. El observador es lo observado. En este enfoque, ni siquiera se hace el intento de "posicionar" nuestra conciencia en ningún modo particular, porque el mismo intento es realizado por una entidad psicológica que se separara a sí misma del resto del movimiento psicológico. Así pues, simplemente dejamos que surja una conciencia pura, no-dual. Cuando ese estado sucede, hay una espontánea integración dentro de la conciencia. Somos uno con los pensamientos, emociones, y todo el campo y espacio de la conciencia. Se dice en las *Cartas de los Mahātmas* que éste es un estado donde puede surgir el verdadero conocimiento:

> *El Verdadero Conocimiento del que se habla aquí no es mental, sino un estado espiritual, el cual implica una completa unión entre el Conocedor y lo Conocido.* (9)

La dificultad en este enfoque, como hemos señalado, es que no podemos acceder a este estado no-dual a través de un esfuerzo de nuestra voluntad, la cual funciona dentro de la conciencia dual. El mismo intento de hacer algo (incluso el de estar conscientes) introduce dualidad. Entonces, ¿cómo va a surgir ese estado? El camino parece ser uno negativo. No es que tenemos que hacer algo, sino que debemos dejar de hacer. Este no-hacer, sin embargo, no puede ser meramente inacción. La mayoría de las personas no tratan de meditar, y sin embargo este estado espontáneo de integración no sucede. La finalización del esfuerzo debe venir como producto de trascender el esfuerzo, es decir, a través de la *profunda comprensión* de que cualquier intento de nuestra parte está introduciendo dualidad, y que, por lo tanto, cualquier esfuerzo es inútil para nuestro propósito presente.

En términos prácticos, podríamos comenzar por hacer un esfuerzo inteligente para trabajar con cualquier movimiento psicológico que esté presente. Deberíamos examinarlo, cuestionarlo, ser conscientes de él, y, al mismo tiempo, ser conscientes de aquél que está haciendo el esfuerzo. Eventualmente comprenderemos –como resultado de una experiencia verdadera, y no como un concepto leído o escuchado– que el mismo esfuerzo por trascender al yo sostiene esta entidad psicológica, creando dualidad. Entonces veremos que hay solamente actividad psicológica; que el observador no es diferente de lo observado. Cuando nos damos cuenta de esto, surge un "soltar" espontáneo, libre de cualquier esfuerzo volitivo y, consecuentemente, cesa la dualidad. Este destello de comprensión "sin causa", en el que la dualidad se disuelve, tiene una cualidad transformadora.

Referencias

1- HPB, *La Clave de la Teosofía* (*CT*), cap. VIII, "De la Individualidad y Personalidad", p. 126.

2- *CT*, cap. VII, "De los Varios 'Principios' en el Hombre", p. 112.

3- *Mahātma* M, *Cartas de los Mahātmas a A. P. Sinnett* (*CM*) No. 13, p. 107.

4- *CT*, cap. IX, "Palabras Definidas para Cosas Determinadas", p. 161.

5- A. O. Hume, *The Theosophist* Vol. 2 Nº 1, "Fragments of Occult Truth", Octubre 1881, p.19.

6- *CT*, cap. IX, "Palabras Definidas para Cosas Determinadas", p. 160.

7- *Mahātma* M, *CM*, No. 13, pp.111-112

8- HPB, *La Doctrina Secreta,* Tomo VI, "Los Siete Principios", p. 26.

9- *Mahātma* KH, *CM*, No. 69, pp. 532-533.

Apéndice

Los Seres Humanos y Nuestros Cuerpos

por John Algeo *

Si somos serios en cuanto a la fraternidad, necesitamos comprender nuestra propia naturaleza interna, que es la misma en todos los seres humanos. Sería mejor revertir la noción comúnmente aceptada de que una persona es un cuerpo físico que tiene un alma. El pensar que el cuerpo físico es la verdadera persona es como confundir una casa con quien vive dentro. La Teosofía enseña que nosotros somos en realidad la "Mónada" o unidad interna, un fragmento de la divinidad, una chispa de la divina llama, que vive en muchas casas.

El cuerpo es nuestra interfaz con el medioambiente alrededor, y tenemos de hecho tantas interfaces o cuerpos, como medioambientes. Porque además del medio físico denso existen otros, como el de la energía vital, el de los sentimientos, pensamientos e intuiciones. Nuestra interfaz con cada medio lleva a cabo dos funciones. Por un lado, es el canal a través del cual experimentamos e influenciamos ese ambiente. Por el otro, el tipo de interfaz que tenemos nos limita en cuánto de ese medio podemos experimentar y a cuánto podemos responder.

Por ejemplo, nuestros sentidos físicos son como ventanas. Las ventanas nos dejan ver hacia afuera de la casa, pero el número de ventanas y la dirección en que se disponen determinan qué

---

* Tomado del libro *Teosofía, Curso de Estudio Introductorio*; cap. IV. Reproducido con permiso del autor.

podemos ver del vecindario alrededor. Del mismo modo, los sentidos que tenemos y el rango de su sensibilidad determinan qué podemos percibir del mundo. Hay más en la realidad de lo que podemos observar a través de nuestras ventanas-sentidos usuales. Y esto es cierto para todos nuestros cuerpos o interfaces con los varios medioambientes en que vivimos. Como le dijo Hamlet a su amigo: "Hay más cosas en el cielo y en la tierra, Horacio, que las soñadas en tu filosofía".

Las limitaciones, sin embargo, no son cosas necesariamente malas. Ellas nos protegen tanto como nos desafían. En primer lugar, son protecciones. Si no tuviéramos limitaciones de lo que podemos percibir en todos los medioambientes que nos rodean, seríamos agobiados por las sensaciones, energías, emociones, conceptos e intuiciones a las que estuviésemos expuestos. En el mundo físico solamente, estamos rodeados de colores que no podemos ver, sonidos que no somos capaces de oír, olores que no podemos oler, y sensaciones que no sentimos. Por todas partes a nuestro alrededor existen ondas de radio, rayos X, rayos gama, y otros fenómenos electromagnéticos que no podemos percibir con nuestros sentidos físicos. Si todos estos estímulos impactaran en nuestra conciencia, nuestra confusión sería paralizadora. Como dijo T. S. Eliot: "La raza humana no puede soportar mucha realidad". Necesitamos protección de demasiada realidad.

En segundo lugar, las limitaciones son un desafío. Nuestra conciencia se desarrolla solo a través de las limitaciones. Y es con el objeto de desenvolver la conciencia que la Mónada se ha revestido a sí misma en materia, con varios grados de limitación y densidad; o, para decirlo de otro modo, se ha rodeado a sí misma con diversos campos de energía, siendo el más denso el cuerpo físico. La materia y la energía son en cierto sentido intercambiables; lo que llamamos materia sólida es un patrón de energía, independientemente de lo sólida e impenetrable que

nos parezca. La dureza de una piedra no se debe a su solidez, sino a la intensidad con que sus átomos constituyentes se unen unos a otros.

Nuestros Cuerpos y los Campos de Energía

La Teosofía enseña que nuestro sistema solar incluye siete planos de materia o campos de energía que se interpenetran. Tres de ellos están involucrados en forma directa con nuestra evolución personal: el físico, el emocional y el mental. El plano físico tiene dos subdivisiones principales: el físico denso, y un nivel físico más sutil comúnmente llamado "etérico". De forma similar, el plano mental tiene también dos subdivisiones principales, generalmente llamadas "inferior" y "superior"; pero aquí llamaremos simplemente "mental" al mental inferior, y "causal" al superior, por razones que se explicarán más adelante. Estos diversos grados de materia proveen el material para nuestros varios cuerpos.

El término "cuerpos" es usado para nuestra interfaz con las energías de esos campos, pero no se debe pensar en estos "cuerpos" como siendo cosas fijas y estáticas. Sabemos que, incluso aunque nuestro cuerpo físico parece ser el mismo día tras día, está constantemente cambiando, aunque a una velocidad mucho menor que nuestros cuerpos más sutiles, debido a su baja tasa de vibraciones.

Podemos considerar nuestros cuerpos sutiles como ondulantes líneas de fuerza que generalmente siguen cierto patrón, modificado a cada momento por nuestras típicas emociones y pensamientos, actitudes hacia la vida y el mundo, y formas de reaccionar ante las experiencias. Todos los cuerpos son, en realidad, campos de fuerzas localizados; nuestros focos individuales o concentraciones de energías de campos más amplios en los cuales éstos operan. Cada cuerpo tiene alrededor un campo de energía radiante del cual él es el centro. Estos

campos de energía que los rodean son llamados "auras".

Hablamos de los cuerpos como siendo distintos unos de otros, llamándolos físico (denso y etérico), emocional, mental y causal, pero solo para los propósitos de la discusión. Ellos no están verdaderamente separados; son interdependientes y funcionan como un todo. Sabemos que nunca sentimos emociones sin que haya pensamientos, ni pensamos sin sentir algún tipo de emoción. Y en las ciencias médicas es bien conocido el hecho de que los pensamientos y emociones afectan nuestro cuerpo físico y viceversa.

Las conexiones entre nuestros distintos cuerpos son los *chakras*, una palabra sánscrita que significa "rueda" o "círculo". Éstos constituyen siete centros de energía principales (y un número de centros menores) distribuidos por nuestros cuerpos sutiles, en puntos donde convergen los canales de energía, teniendo la apariencia de una rueda o una flor de loto. Ellos concentran las energías que fluyen a través de los cuerpos y los comunican de un plano de la realidad a otro. Con respecto al cuerpo físico denso, los *chakras* principales están localizados aproximadamente en la base de la espina, en la raíz de los órganos reproductivos, en el ombligo, el corazón, la garganta, entre las cejas y en la coronilla.

Si bien nuestro campo de energía o cuerpo emocional interpenetra al físico, se extiende más allá de éste. Del mismo modo, el cuerpo mental interpenetra tanto el físico como el emocional y se extiende más allá de éste último. Estos cuerpos sutiles están fuera del rango de nuestra visión normal, pero de todos modos son reales. Aquellos que tienen la facultad de la visión clarividente los han descrito, y cada uno de nosotros experimenta sus energías, sea que los podamos ver de algún modo más objetivo o no.

El cuerpo causal es más permanente que los otros; es a lo que San Pablo se refirió como "cuerpo incorruptible". Está

compuesto de la materia todavía más tenue (o de las energías de mayor frecuencia) pertenecientes al campo o plano mental superior. Nuestra conciencia funcionando en ese plano es nuestro verdadero "Yo", el aspecto de nosotros que encarna en los cuerpos inferiores para ganar experiencia a través de ellos. Es el cuerpo de nuestra individualidad permanente, siendo ésta distinta de la personalidad temporaria que se expresa a través de nuestros cuerpos físico, emocional y mental (inferior).

Este medioambiente de alta frecuencia y nuestra interfaz corpórea con él son llamados "causales" porque son el lugar donde se preservan las causas que tarde o temprano se convierten en efectos en el mundo externo, visible. Nuevamente, no debemos pensar en este "depósito" en términos de espacio. Las causas no son cosas sino posibilidades vibratorias. El cuerpo causal es el repositorio permanente del tesoro que hemos acumulado a través de nuestras experiencias de pensamiento, sentimiento y acción en nuestros tres cuerpos inferiores. Éste es el "cielo" mencionado por San Mateo (6.19-21) como el lugar donde nuestros tesoros no se corrompen. Vamos a tratar sobre esto en más detalle luego.

El Doble Etérico

Como se dijo anteriormente, nuestro cuerpo físico tiene dos "partes" o aspectos. Uno es el cuerpo denso, compuesto de sólidos, líquidos y gases, el cual es descrito en los libros de fisiología y anatomía. El otro es el aspecto mayormente invisible que no se menciona en dichos libros. Es llamado "doble etérico" o "cuerpo vital", y realiza varias funciones importantes, como la de ser el patrón o modelo sobre el cual se construye el cuerpo físico denso.

No solo el contorno externo sino cada célula del cuerpo físico denso tiene esta contraparte etérica o vital, formada de materia más sutil que –generalmente pero no siempre– es invisible al

ojo humano. Dado que el doble etérico no puede ser vehículo de la conciencia si se halla separado de su contraparte densa, éste no se considera como un cuerpo distinto de la parte densa del físico. Es, sin embargo, quien lleva la sensación física, actuando como un puente entre el cuerpo físico denso y los aspectos más sutiles de nuestro ser; ésta es otra de sus funciones importantes.

El doble etérico absorbe energía del sol y la transmite como vitalidad, fluyendo a través de las líneas de energía del cuerpo y emitiendo el sobrante en todas direcciones como una luz blanco-azulada. Ésta es a veces llamada "el aura de la salud" porque sus colores y vibraciones indican el estado de vitalidad y salud del individuo. Los sanadores que practican una técnica llamada el "Toque Terapéutico" trabajan con el aura de salud para facilitar la acción de los poderes de recuperación propios del cuerpo.

El doble etérico puede ser temporalmente separado del cuerpo físico denso por una conmoción, anestesia, o ciertos otros efectos que producen estados de trance. Sin embargo, éste permanece unido al cuerpo denso por un hilo de su propia materia, llamado "el cordón de plata" en Eclesiastés (12.6): "O cuando el cordón de plata se rompa.… el espíritu retornará a Dios, que lo proveyó". Cuando este "cordón de plata" se rompe y el doble etérico es finalmente separado del cuerpo, la vitalidad cesa de fluir y sucede aquello que denominamos "muerte". Entonces el doble etérico, habiendo ya finalizado su función durante esa encarnación, se desintegra gradualmente permaneciendo cerca del cuerpo denso.

El Cuerpo Emocional

El cuerpo emocional, extendiéndose un poco más allá de la forma física y el doble etérico, es el vehículo de los sentimientos y deseos, que abarcan desde las pasiones terrenales hasta las emociones inspiradoras. Los clarividentes lo han descrito como estando en movimiento constante, y con una apariencia radiante

y luminosa. Es debido a esta apariencia luminosa que a veces es llamado el cuerpo "astral" o "estrellado" (derivado de la palabra griega *astron*, "estrella"). El término "astral", sin embargo, ha sido utilizado en varios sentidos diferentes en los escritos teosóficos, algunas veces para lo que aquí es denominado "etérico" y a veces en el sentido general de "sutil". Dado que puede causar confusión, no usaremos aquí dicho término, excepto en citas.

Cuando el cuerpo físico duerme, la conciencia continúa funcionando en el cuerpo emocional (a veces, recuerdos de experiencias en este cuerpo llegan hasta el cerebro físico en forma de recuerdos de sueños u otras impresiones). La mayor parte de la materia que conforma al cuerpo emocional está concentrada dentro de los límites de la forma física, y dado que durante las horas de vigilia la mayoría de las líneas de fuerza en el cuerpo emocional siguen la silueta del cuerpo físico, tiende a mantener la misma forma y apariencia durante el sueño. De este modo, la forma de la persona en el mundo emocional es reconocible. También existe un campo de energía mayor, o aura, que se extiende alrededor del cuerpo y refleja las emociones dominantes en un momento dado.

Los clarividentes describen el cuerpo emocional de una persona evolucionada como lleno de colores vibrantes y luminosos. En una persona menos evolucionada los colores tienen tonos más oscuros. Cuando emociones tales como egoísmo, ambición, celos y sensualidad son frecuentes, los colores predominantes son marrones oscuros, verdes barrosos y lívidos rojos. A veces usamos las palabras "pensamiento y sentimientos oscuros", una frase apropiada para describir dichos tonos.

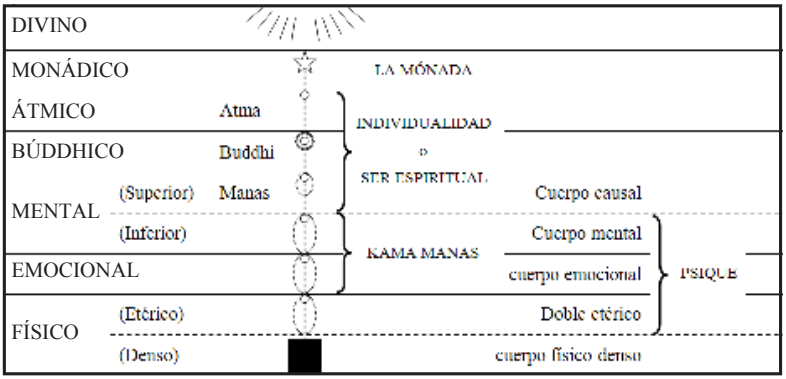


Figura 1. La Constitución Humana

El Cuerpo Mental

La Teosofía describe cada uno de los campos o planos del universo como teniendo siete subdivisiones de materia o frecuencia. El cuerpo mental "inferior" está compuesto de las cuatro subdivisiones más densas del plano mental; el cuerpo causal, por otro lado, es el vehículo de la conciencia en las tres subdivisiones "superiores" o más sutiles. Si pensamos en ellos como aspectos o vehículos de la conciencia, más bien que como cuerpos materiales, el cuerpo mental es a veces llamado "la mente inferior" y el causal "la mente superior". El cuerpo mental que interprenetra y se extiende más allá de los cuerpos emocional y físico, es nuestra interfaz mental con el mundo; nuestro vehículo para pensar acerca de las experiencias.

Cuando el cuerpo mental está en uso, vibra rápidamente, y su tamaño crece en forma temporal. El pensamiento prolongado produce el incremento permanente, y de este modo el cuerpo mental se construye día a día por medio del uso correcto del poder del pensamiento. Así como la cualidad del cuerpo emocional depende de nuestras actitudes emocionales habituales, la cualidad y claridad de nuestro cuerpo mental dependen de

nuestros patrones de pensamiento característicos.

Dado que la emoción y el pensamiento están interrelacionados, afectándose mutuamente, estos dos cuerpos están estrechamente vinculados. Los cuerpos mental y emocional son denominados en conjunto con el término sánscrito *kāma-manas*, que significa la "mente de deseos". Funcionando en coordinación, ellos producen diversos tipos de "pensamiento-emociones", cada uno de los cuales refleja su propio color especial en el aura. Los clarividentes ven el orgullo como un color anaranjado, el miedo como un lívido gris, la irritabilidad como escarlata. Los pensamiento-emociones de afecto inegoísta brillan con un color rosa pálido; los de trabajo intelectual, amarillo puro; devoción, azul claro; simpatía, verde brillante; y espiritualidad, azul lila o lavanda.

El Cuerpo Causal

El cuerpo causal es el vehículo por medio del cual la individualidad humana o alma se expresa en el mundo, a través de una serie de personalidades. Lo hace funcionando en diversos cuerpos temporales –mental, emocional y físico—en los planos más densos. Solo lo bueno, lo verdadero y lo bello entra en el cuerpo causal, porque sus vibraciones son tan sutiles que no responden a lo que es grosero, falso o feo.

Dado que el cuerpo causal está en el nivel del pensamiento abstracto y universal (la así llamada mente superior), es el depósito de nuestro conocimiento y capacidades innatas. Al comienzo de la evolución humana, es pequeño y casi incoloro, similar a una burbuja o una delicada película. A medida que evolucionamos, sin embargo, y los efectos de nuestros buenos pensamientos, sentimientos y acciones son registrados gradualmente allí, toma un mayor colorido y aumenta de tamaño, aunque muy lentamente hasta que alcanzamos el estadío de una visión inegoísta o impersonal del mundo. Entonces, sus vibraciones se

presentan a la visión clarividente como colores luminosos, de modo que el cuerpo causal se convierte en un brillante globo de luz, lleno de radiantes rayos de amor y sabiduría.

El cuerpo causal continúa vida tras vida, mientras que los cuerpos mental, emocional y físico se renuevan con cada encarnación. Estos últimos son los vehículos temporales para una sola vida. El primero, es nuestro cuerpo permanente. Éste preserva los frutos de cada vida en forma de capacidades, las cuales son absorbidas en él luego de la muerte del cuerpo físico y de la disolución de nuestros vehículos emocional y mental.

La Adquisición de un Nuevo Conjunto de Cuerpos

Luego de que nuestro cuerpo físico con su doble etérico acompañante muere, interactuamos durante un tiempo con nuestros medioambientes sutiles por medio de los cuerpos emocional y mental. Pero finalmente ellos también mueren y quedamos en nuestro cuerpo causal permanente (o al menos duradero), en el cual las experiencias benéficas de la encarnación previa están incorporadas en forma de capacidades incrementadas.

Cuando las experiencias de esa encarnación previa han sido absorbidas y transmutadas en mayores capacidades y poderes, el deseo por más experiencia nos arrastra a encarnar nuevamente. Entonces atraemos primero un cuerpo mental y luego uno emocional con las mismas características generales que aquellos que desechamos al término de nuestra última encarnación. Finalmente, nacemos en un nuevo cuerpo físico construido de acuerdo a la clase de patrón que establecimos en nuestras vidas pasadas, aunque no necesariamente del mismo sexo que nuestra encarnación inmediata anterior y, por supuesto, con características genéticas de nuestros nuevos padres, pero las que son apropiadas para nosotros.

Éste es el sendero de la evolución. Nuestra velocidad

de progreso depende de nosotros, de nuestra efectividad en acumular experiencias correctas, y de la medida de control que alcanzamos sobre nuestros cuerpos inferiores, es decir, de la madurez que alcancemos en el manejo de las experiencias de la vida. Como podemos apreciar, son necesarios incontables nacimientos y muertes, e incontables cuerpos durante nuestro viaje a través de muchos eones.

Bibliografía

Barker, T. (comp.); *Cartas de los Mahātmas a A.P. Sinnett and A. O. Hume*, 1994.

Besant, A.; *Los Principios*; Rosario, 1986.

Blavatsky, H. P.; *La Clave de la Teosofía*, 2ª Ed., Kier, Buenos Aires, 2007.

Blavatsky, H. P.; *La Doctrina Secreta*, 1ª Ed., Kier, Buenos Aires, 2004.

Blavatsky, H. P.; *Los Sueños,* Editorial Teosófica en Español, Rosario, 1997.

Blavatsky, H. P. *et al*.; *Glosario Teosófico*, 5º Ed., Kier, Buenos Aires, 1982.

Blavatsky, H. P.; *Ocultismo Práctico*, 1ª Ed., Kier, Buenos Aires, 2005.

Collins, M.; *Luz en el Sendero*, 1ª Ed., Kier, Buenos Aires, 2007.

de Zirkoff, B. (comp.); *Blavatsky Collected Writings* (15 vol.), Quest Books, Wheaton, IL.

Jayakar, P.; *Krishnamurti: Biografia*, 1ª Ed., Kier, Buenos Aires, 1989.

Krishnamurti, J.; *Comentarios sobre el Vivir*, Primera Serie, 6ª Ed., Kier, Buenos Aires, 1987.

Leadbeater, C. W.; *Los Chakras*, Kier, Buenos Aires, 1979.

Nisargadatta Maharaj; *Ser*, 1987.

Ramana Maharshi; *Pláticas con Sri Ramana Maharshi*, 1ª Ed., Kier, Buenos Aires, 1993.

Ramana Maharshi; *Self-Enquiry*, Sri Ramanasramam, India, 1994.

Ramana Maharshi; *¿Quién Soy Yo?*, Sri Ramanasramam, India, 2005.

Subba Row, T.; *Consciencia e Inmortalidad*, 1ª Ed., Kier, Buenos Aires, 1994.

Swami Vishnu-devananda; *Hatha Yoga Pradipika*, Containing the Commentary Jyotsna of Brahmananda, Motilal Banarsidass/Om Lotus Publications, Delhi, 1987.